H

PARA HOMBRES®

POR SUS VOCES LOS CONOCERÉIS

DOBLAJE EN MÉXICO, ENTRE LOS MEJORES...

10 MINUTOS DE PLACER, ¡EN UN RAPIDÍN!

SEXO Y NUTRICIÓN ¿QUÉ FUNCIONA?

PROSTITUCIÓN MASCULINA

PAG. 98

ELLAS TAMBIÉN PAGAN... y mucho $$$

¡DE COLECCIÓN!

CALENDARIO 2005 ¡exígelo!

¡LA TENEMOS...

ANETTE MICHEL

...EN LA MIRA!

NMM ENERO 2005 $35.00 US$3.50

9 771665 227026 00068

H
PARA HOMBRES®

Enero 2005



PORTADA
BIKINI DE LOUIS VUITTON, CHAMARRA DE MISS SIXTY, ARETES DE DANIEL ESPINOS Y BOTAS DE OV2

POR **ALFREDO CEDILLO** FOTOGRAFÍA **URIEL SANTANA** MAQUILLAJE **DANIEL LEZAMA** COORDINACIÓN DE MODA **PACO CASTILLO**
PRODUCCIÓN **JOSUÉ RAZO** PEINADO **HÉCTOR ÁVILA** ASISTENTES DE FOTOGRAFÍA **HUGO SERNA / MARCO MEZA**
LOCACIÓN: HOTEL W CIUDAD DE MÉXICO/HOTEL SHERATON CENTRO HISTÓRICO

Enero2005

Anette Michel



DIRECTORA EDITORIAL **Verena Bormann**
DIRECTOR EDITORIAL ADJUNTO **Alfredo Cedillo**
ASISTENTE DE DIRECCIÓN EDITORIAL **Angélica Uriarte**
COORDINADOR EDITORIAL **Luis A. Vázquez**
DIRECTOR DE FOTOGRAFÍA **Carlos Magaña**
COORDINADORA DE FOTOGRAFÍA **Verania Pérez**

EDITORIAL
JEFE DE INFORMACIÓN **René Téllez**
REDACCIÓN **José Luis Amador, Luz Carmen Meraz**

ARTE Y DISEÑO
EDITORA GRÁFICA **Ivonne Flores**
DISEÑO **Carolina Flores, Fabiano Durand**
ILUSTRACION **Ricardo Camacho, Óscar Quezada**
TRÁFICO Y PREPRENSA **Ángel Díaz**

MODA
COORDINADOR DE MODA **Eduardo Pérezrivera**

COLABORADORES
Cecilia Flores, Norberto García, Christian Lefranc, Gianfranco De Cesco, JiS, Jorge Pedro Uribe, Samuel Vargas, Begoña Llanos, Dr. Bolavsky, Lucy Lara



DIRECTOR GENERAL **Carlos Flores**
DIRECTOR DE PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DESARROLLO **Roberto Khalil**
DIRECTOR DE CIRCULACIÓN **Lic. Enrique Sánchez**
GERENTE COMERCIAL REVISTAS MASCULINAS **Carlos Ostos**
GERENTE ADMÓN. VENTAS **Guadalupe Arredondo**
EJECUTIVOS DE VENTAS
José Luis Torres, Sergio Ramírez
ASISTENTE DE DIR. COMERCIAL **Guadalupe Carrasco**
DIRECTOR DE MERCADOTECNIA **Domingo Blanco**
MERCADOTECNIA **Abril Canedo, Gonzalo Sevilla**
DIRECTOR DE PRODUCCIÓN **Lutz T. Keferstein**
COORDINADOR DE PRODUCCIÓN **Teresa Almanza, Víctor Hernández Chávez**

E-MAIL revistah@notmusa.com.mx



H PARA HOMBRES®. CERTIFICADO DE LICITUD DE TÍTULO No. 11157. CERTIFICADO DE CONTENIDO No. 7786. RESERVA: 04-1999-072910272700-102. EDITADO POR: NOTMUSA, S.A. DE C.V., BLVD. ADOLFO LÓPEZ MATEOS Nº 160, COL. SAN ÁNGEL INN, C.P. 01060, MÉXICO, D.F., TELS. 91-40-95-00. FAX: EXT. 2101. IMPRESA EN SPI (SERVICIOS PROFESIONALES DE IMPRESIÓN, S.A. DE C.V.), MIMOSAS Nº 31, COL. SANTA MARÍA INSURGENTES, C.P. 06430, MÉXICO, D.F., TEL. 55 97 79 66. DISTRIBUIDO POR UNIÓN DE VOCEADORES Y EXPENDEDORES DE LOS PERIÓDICOS DE MÉXICO EN EL D.F. DISTRIBUIDO POR PUBLICACIONES CITEM, S.A DE C.V. EN EL INTERIOR DE LA REPÚBLICA. DISTRIBUIDO POR CORPORACIÓN SILCRES, S.A. DE C.V. EN EL EXTRANJERO. CALLE XOCHICALCO Nº 645, INT. 5, COL. LETRÁN VALLE, C.P. 76800, DEL. BENITO JUÁREZ. MÉXICO, D.F., TEL. 56 05 45 88. FECHA DE IMPRESIÓN: 20 DE DICIEMBRE DEL 2004. PRINTED IN MEXICO.

Jennifer Garner



La deslumbrante Jennifer Garner se transforma en uno de los personajes más misteriosos y atractivos en la historia del cómic: Elektra, una seductora heroína experta en artes marciales, que vuelve a la pantalla grande para vengarse de todos los que antes de su resurrección la hicieron pedazos. Ahora ella está entrenada para matar a una niña y a su padre, aunque al final decide protegerlos.

Mira el lado sexy de Jennifer Garner, observa lo electrizante y hermosa que se ve dentro del disfraz de Elektra Natchios, imagina lo ruda y tierna que puede ser con látigo y cuero y disfruta las fantasías más ocultas que ella pueda crear dentro de ti... H

Jennifer Garner es... Elektra



Estreno enero 21

Prepárate para disfrutar en este 2005 de la premier que **H para hombres** y 20th Century Fox organizamos; la función será este 17 de enero en Cinemark CNA. Solicita tu pase doble el 14 de enero de 10 a 18 hrs. en el Tel. 9140 9500, ext. 2106 y 2108.

HECHOS DE H

Conoce lo que sucedió día por día en un mes como éste.

ENERO 01

→ 1959 Triunfa la Revolución dirigida por Fidel Castro, Batista huye de Cuba.



ENERO 02



→ 1839 Louis Daguerre toma la primera fotografía de la Luna.

ENERO 03



→ 1869 Aparece en Londres el primer semáforo iluminado con gas y accionado manualmente por un policía.

ENERO 04

→1643 Nace Isaac Newton, físico y matemático inglés.



ENERO 05

→ 1940 Se realiza la primera demostración de radio FM.



Papamóvil de carreras



Ahora el Papa Juan Pablo II podrá viajar a velocidades inusuales gracias al grupo automovilístico FIAT, quien le regaló un modelo especial de Fórmula Uno de Ferrari, con motivo del 26 aniversario de su pontificado. La marca del caballito rampante se viste por primera vez de blanco para Su Santidad. ¿Cómo la ves?



Dimensión en el tiempo

Este reloj es el único en el mundo provisto de una repetición a los cuartos de hora, además cuenta con dos sonidos diferentes, es resistente al agua, tiene manecillas de acero y correa de piel. Su nombre: **"Répétition à quarts".**



FRASES PARA IMPRESIONAR

"La duda es el principio de la sabiduría."
Aristóteles

"Experiencia es el nombre que damos a nuestras equivocaciones."
Oscar Wilde

"El precio de la grandeza es la responsabilidad."
Eugene Ware

Las pardelas colicortas, aves marinas, realizan un viaje migratorio de 35,000 km.



La princesita Ashlee Simpson

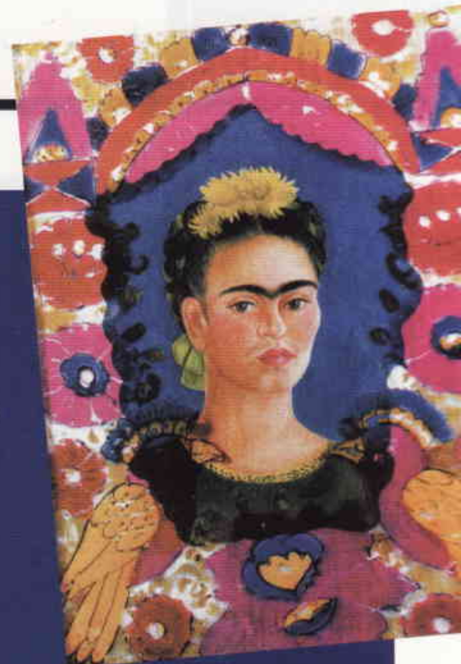
Sabes qué hace de su vida esta linda princesita: cantar y escribir su propia música. Hasta hace muy poco era sólo la hermana de una famosa, pero hoy, sobre un escenario, se ha transformado en todo un hit. Para los que aún no conocen a esta linda nenorra, aquí se las presentamos... "I love you Ashlee".

ASHLEE SIMPSON
Autobiography
Universal Music
Con esta producción discográfica hace su debut Ashlee Simpson, en él vas a encontrar 13 canciones, dos de ellas son los sencillos "Pieces of me" y "La La". Una cantante que promete mucho por la calidad de su voz.



¡No manchen!

A últimas fechas el mercado de arte mundial presenta un repunte significativo; sin embargo, los expertos denuncian que las piezas nacionales no alcanzan cotizaciones dignas. Para que te des una idea, un óleo de Rufino Tamayo (1899-1991), pilar de la Escuela Oxaqueña de Pintura, se acaba de vender en 1 millón 188 mil dólares, mientras que una obra del expresionista estadounidense Mark Rothko (1903-1970) se subastó en 17 millones de dólares. Los expertos aseguran tomar con cautela el llamado "boom" del arte latinoamericano porque se guía por modas; en el año 2000, *Autorretrato* (1929), de Frida Kahlo, rompió tres récords al alcanzar la cifra de 5 millones 100 mil dólares.

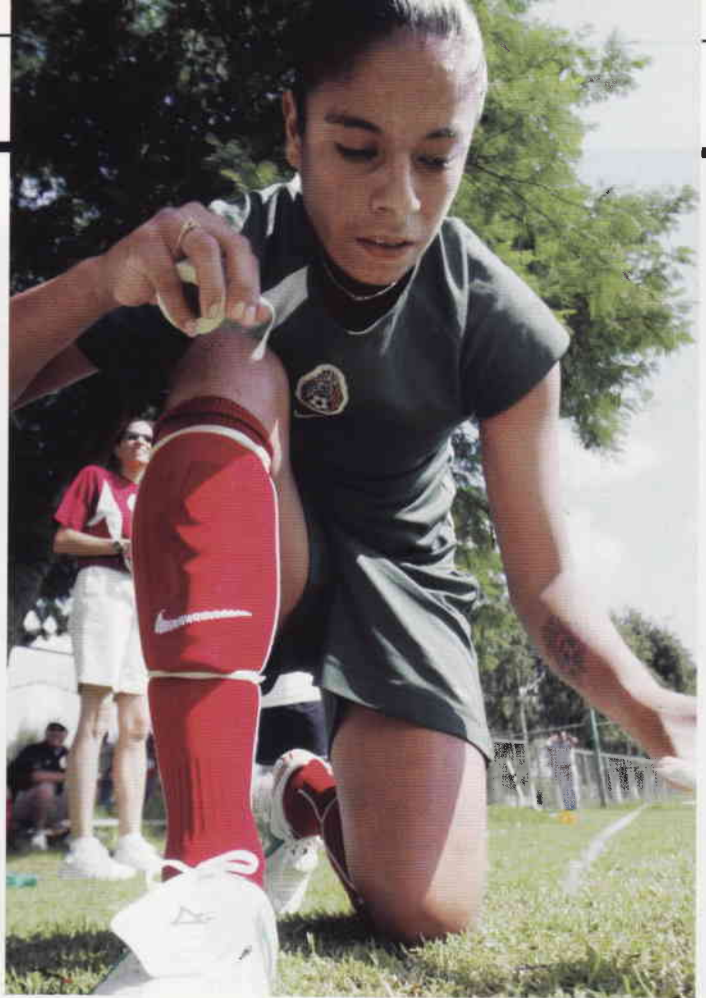


JIS en H



En Egipto, para controlar la natalidad, se introducía excremento de cocodrilo en la vagina.

Tarjeta Roja



Un contundente ¡NO! fue la respuesta que dio la FIFA a los directivos del Club Celaya, de la Primera División A, para que Maribel Domínguez jugara con el equipo la próxima temporada. La atacante de la Selección Nacional dijo estar muy triste con la resolución, pero, más allá del "machismo" y su innegable habilidad con el balón, se debe reconocer la desventaja que tiene una mujer en una liga varonil. ¿No sería mejor luchar por una liga femenil o buscar ser la mejor en equipos extranjeros?

HECHOS DE H

Este mes día a día...

ENERO 06



→ 1412 Nace Juana de Arco, heroína de Orléans.

ENERO 07



→ 1929 Aparece "Tarzan", una de las primeras historietas de aventuras.

ENERO 08



→ 1910 Primer vuelo aéreo en México. Alberto Braniff recorre kilómetro y medio a una altura de 25 metros.

ENERO 09



→ 1959 Nace la guatemalteca Rigoberta Menchú, premio Nobel de la Paz en 1992.

ENERO 10



→ 1957 Muere la poetisa chilena Gabriela Mistral, primer Premio Nobel de Literatura (1945) otorgado a un autor latinoamericano.



Nacidos para correr

¿Sabías que los seres humanos nacimos para correr?
De acuerdo con la Universidad de UTAH, nuestra anatomía está dispuesta de tal forma que los tendones y ligamentos en las piernas y los pies actúan como resortes; las vértebras amplias facilitan una mejor absorción del impacto y las piernas largas permiten dar pasos mayores. Por si esto fuera poco, las características del cráneo impiden el sobrecalentamiento, mientras que los glúteos sirven para estabilizar el cuerpo y los brazos cortos lo equilibran. Por cierto, esperamos que nuestro campeón juvenil, Moroni Rubio, se recupere pronto de su lesión.

Ranking Nacional

El Diario Deportivo Récord y el Instituto Mexicano de Mercadotecnia y Opinión realizaron una encuesta para conocer los deportes más vistos en el país. Éstos son los resultados:



Pamboleros forever
61.9% de los hombres y mujeres encuestadas gustan de ver el futbol en televisión sobre cualquier otro deporte.

Se vuela la barda
8.5% es el número con el que el beisbol gana el segundo lugar de la preferencia nacional.





¡Enceste!
4.6% tiene al basquetbol: el tercer preferido.

Los antiguos deportistas olímpicos corrían, saltaban y luchaban desnudos.

¡CÓMO NO TE VOY A QUERER!

Francisco "KiKín" Fonseca.

Fotos: Diario Deportivo Récord

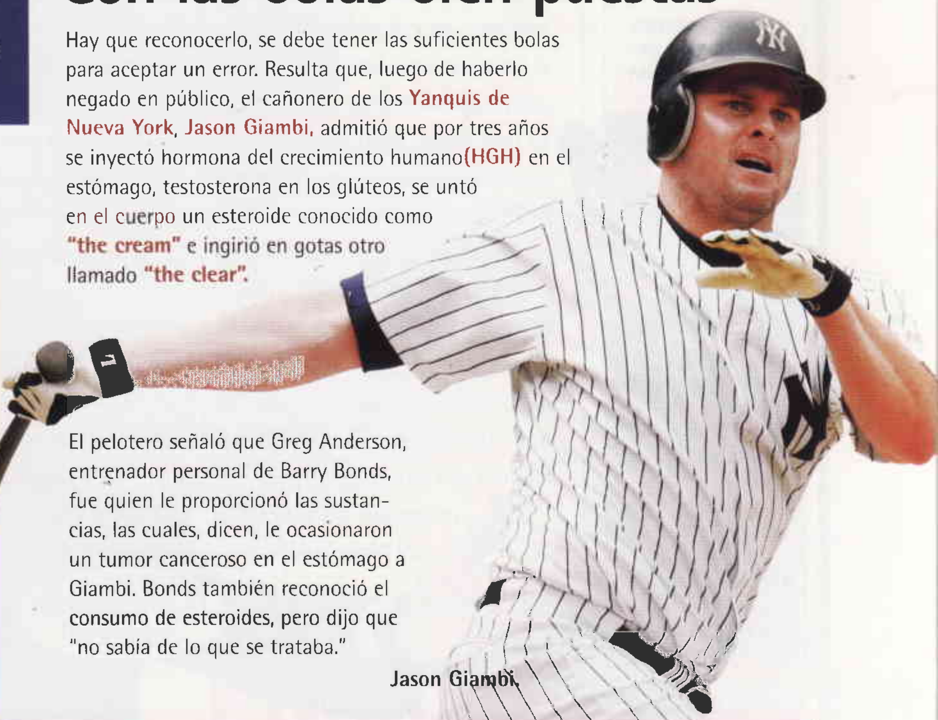
El imperio puma

Talento, concentración y colmillo fueron los elementos que le dieron a los superpoderosos pumas el Bicampeonato. No cabe duda que son, hoy por hoy, el mejor equipo del futbol mexicano. ¡Felicidades!

Con las bolas bien puestas

Hay que reconocerlo, se debe tener las suficientes bolas para aceptar un error. Resulta que, luego de haberlo negado en público, el cañonero de los **Yanquis de Nueva York**, **Jason Giambi**, admitió que por tres años se inyectó hormona del crecimiento humano **(HGH)** en el estómago, testosterona en los glúteos, se untó en el cuerpo un esteroide conocido como **"the cream"** e ingirió en gotas otro llamado **"the clear"**.

El pelotero señaló que Greg Anderson, entrenador personal de Barry Bonds, fue quien le proporcionó las sustancias, las cuales, dicen, le ocasionaron un tumor canceroso en el estómago a Giambi. Bonds también reconoció el consumo de esteroides, pero dijo que "no sabía de lo que se trataba."



Jason Giambi.

Sorpresa
2.7% de los mexicanos hacen del voleibol el cuatro deporte más visto por televisión.





Touchdown
2.1% alcanza el futbol americano para colocarse en la quinta posición.

La esgrima, de procedencia española, nació en el siglo XIX cuando los duelos fueron prohibidos.

Segundo intento del "Súper Cohete"

Altura: 56 m

El Ariane 5, recientemente mejorado, será lanzado este mes —por primera vez desde la falla explosiva de su primer vuelo en diciembre 2002— para llevar al espacio una carga de agua que fluye libremente dentro de un tanque.

Ariane 5 ECA
Diámetro: 5.4 m
Masa de despegue: 780 ton
Carga total: 10 ton

Sloshsat-FLEVO
(Sloshsat Espacio para Experimentación y Verificación en órbita de Líquidos)

Carga total: Puede poner en órbita dos satélites grandes

Plataforma superior criogénica: Mejorada y capaz de contener 14 toneladas de propulsor

Masa: 128 Kg
Paneles solares

Volumen del tanque: 87 litros

Propulsores sólidos: 10% más propulsor, ofreciendo 50 toneladas de impulso cada uno en el despegue – hasta unas 1,400 ton en total

Motor Criogénico Vulcain 2: 15% de aumento en oxígeno líquido; mayor impulso en un 20% a 137 ton

Escape: menos partes, mantenimiento y reparaciones más sencillas

Volumen del agua: 33.5 litros

El tanque parcialmente lleno permite estudiar los efectos de la ingravidez en líquidos. Los sensores miden velocidad, altura, presión y temperatura del líquido

Fuente: ESA

© GRAPHIC NEWS

HECHOS DE H

Este mes día a día...

ENERO 11

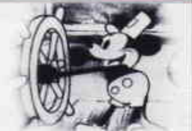


→ 1866 Naufragio del barco inglés "London" en el Golfo de Vizcaya, mueren ahogadas 220 personas.

ENERO 12

→ 1923 Se publica el primer número de la revista *Time*.

ENERO 13



→ 1930 Comienza la publicación de Mickey Mouse en historietas.

ENERO 14

→ 1990 Primera emisión de *Los Simpsons*.

ENERO 15

→ 1895 Se estrena el *Lago de los Cisnes*, del músico ruso Tchaikovsky.



George "War" Bush: Terrorismo con botas

El pequeño Bush nació el 6 de julio de 1946, sorprendentemente, en esa misma fecha (pero en otro año), vio la luz el Dalai Lamma, líder religioso del Tibet reconocido por su sabudría. Paradójico, ¿no? Este "cowboy" texano, hijo de un ex presidente, salió en versión corregida y desquiciada con su dosis de alcoholismo, corrupción y obsesión por el poder. Además, tiene doctorado en idiotez e ineptitud gandallescas, no debemos olvidar que la guerra de Irak no se debe sólo a su ambición, sino también a la de sus multimillonarios amigos petroleros. En fin, el mundo tendrá que soportarlo cuatro años más; para acabarla, la revista *Time* lo nombró "Hombre del año 2004", mismo reconocimiento que recibió Hitler en 1938, ambos por su capacidad de "liderazgo".

¡Y ella baila... aaaaaasí!



WONDERBRA

El brasier que revolucionó el mercado femenino en ropa interior lanza su nueva colección de sexys coordinados (tanga y "chichero"), que dará a tu novia un realce natural y mayor volumen a su busto.

TRIVIA

Cortesía de Wonderbra tenemos para tu mujercita 15 prendas (brasier o tanga), elige una que le quieras regalar y escríbenos a **trivias_h@notmusa.com.mx** te la llevarás si respondes correctamente ¿dónde y cuándo se inventó el brasier?

La hembra del caballito de mar "embaraza" al macho, hasta con 200 huevos.

HECHOS DE H

Este mes día a día...

ENERO 16

→ 1939 Primera publicación de *Superman* en Historietas.

ENERO 17

→ 1861 Thomas Crapper patenta el inodoro.

ENERO 18

→ 1867 Nace el poeta nicaragüense Rubén Darío, maestro del modernismo literario.

ENERO 19

→ 1915 Se patenta la luz de neón.

ENERO 20

→ 1996 Madonna llega a Buenos Aires para filmar *Evita*, de Alan Parker.

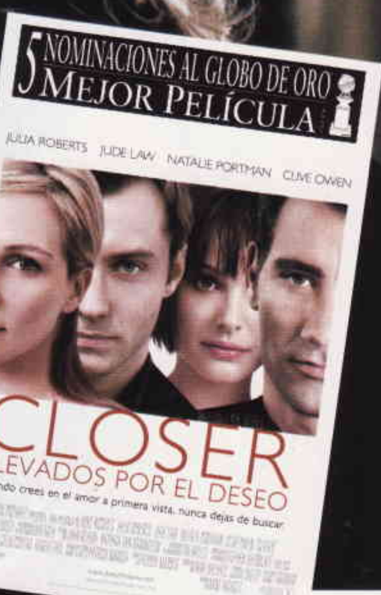
ENERO 21

→ 1905 Nace Christian Dior, diseñador de modas.

Llevados por el DESEO

PREMIER

COLUMBIA PICTURES
Estreno enero 14
JULIA ROBERTS, NATALIE PORTMAN, JUDE LAW, CLIVE OWEN, NICK HOBBS

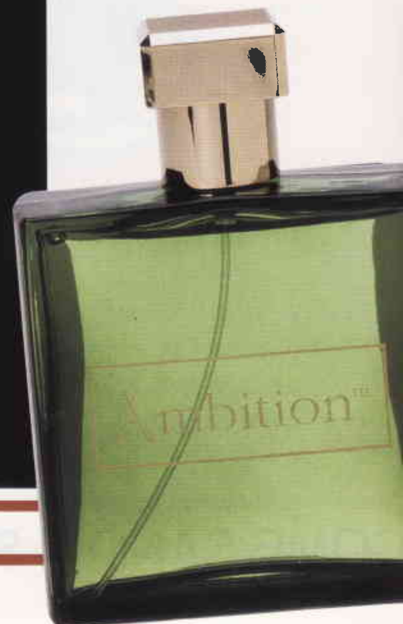


Una problemática común de la pareja es la infidelidad y éste es el tema de este filme. Las involucradas son dos parejas, pero el problema serio se presenta cuando una de las esposas se involucra con el marido de la otra, aunque dicha infidelidad les servirá para conocer lo que no habían percibido de su relación.

Iniciamos el año invitándote a nuestra premier exclusiva de la película **"Llevados por el Deseo"**, la función se llevará a cabo el próximo 11 de enero en Cinemex Universidad, en punto de las 20 hrs.; para que puedas asistir debes solicitar tu invitación doble al Tel. 9140 9500, ext. 2106 y 2108, el 7 de enero de 10 a 18 hrs.

Profunda emanación

Desde hoy puedes transpirar Ambition, una fragancia fresca y amaderada para caballeros con grandes ambiciones y poder de seducción. A la venta en tiendas departamentales.



En la Ciudad de México hay 35 clubes de sexo o swingers.

HECHOS DE H

Este mes día a día...

ENERO 22

→ 1999 El Papa Juan Pablo II visita México por 4ª vez.

ENERO 23

→ 1989 Muere Salvador Dalí, pintor surrealista español.

ENERO 24

→ 1986 El Voyager 2 toma fotografías de Miranda, una de las lunas de Urano.

ENERO 25



→ 1882 Nace la novelista inglesa Virginia Woolf.

ENERO 26

→ 1540 El alemán Valerio Cordus descubre el éter.

ENERO 27

→ 1948 Se vende el primer grabador de cinta.

ENERO 28

→ 1887 Se coloca la primera piedra de la torre Eiffel.

ENERO 29

→ 1934 Un temblor en Acapulco daña el 90% de los edificios.

ENERO 30

→ 1969 Última aparición pública de Los Beatles.

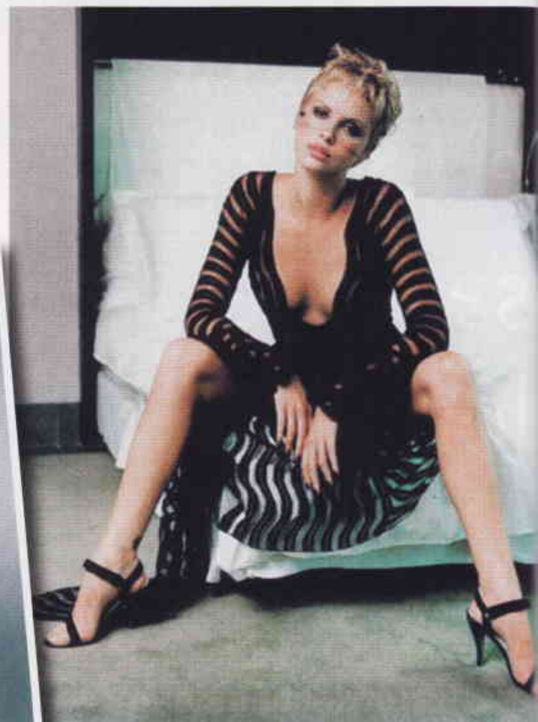
ENERO 31

→ 1961 El chimpancé Ham es el primer animal enviado al espacio por los EE.UU.

¡Adorada!

Rubia, sensual, brillante y adorada, así es Charlize Theron nueva musa del creador británico John Galliano en la imagen de la famosa fragancia J'Adore de Dior. Charlize simboliza todo lo maravilloso de Hollywood, sobre todo talento y glamour; además, su belleza es una misteriosa mezcla entre Marylin Monroe y Grace Kelly, ¿no te parece?







VANGUARDIA italiana

Para esta temporada invernal, lo mejor de la moda italiana lo trae Dorothy Gaynor: calzado de piel para ellas y para nosotros que van desde botines a botas decoradas y confeccionadas en piel de becerro en color negro, rojo y hueso. También incluye zapatos clásicos y casuales en negro o café, y para los deportistas hay tenis con suelas inyectadas de soporte anatómico. Adquiérelos en plazas comerciales de prestigio.

Bien buena la coca mexicana

¡Y no le hacemos competencia a Colombia!

En el corazón de Georgia, sede del cuartel general de la popular bebida Coca-Cola, se analiza un "extraño fenómeno" ¿paranormal?: la bebida local es desplazada por su similar mexicana. Así es, resulta tanta la euforia por la coca mexicana, que en los anaqueles los tenderos la colocan en primer sitio delante de las botellas estadounidenses. La razón de la preferencia radica en que la Coca-Cola mexicana está elaborada con caña de azúcar, por lo que su sabor es más dulce y limpio que la fructuosa utilizada en la versión gringa.



En la vida el corazón bombea 200 millones de litros de sangre.



Las mujeres nos prefieren SALVAJES

Dice un dicho que debemos ser feos, fuertes y formales, y quizá tenga razón, pues, según investigaciones de la Universidad de Harvard, ¡la atracción de las mujeres hacia los varones se guía por principios parecidos a los de los primates! Lo anterior pone en duda la nueva tendencia **metrosexual** que impulsa un prototipo de hombre bien cuidado, atento y cariñoso. Al respecto dice Ricard Wrangham, autor del libro *Hombres malvados: monos y el origen de la violencia*, "la caballerosidad sirve de poco si el galán no cuenta con algunas condiciones del primate masculino".

Curvas peligrosas

Aunque parezca increíble, por primera vez no hablamos de los frondosos atributos de una mujer, sino de las carreteras del país. Según el Sistema Nacional de Seguridad Pública (SNSP), éstas son las rutas de cuidado:

1. **Veracruz,** Paso del Macho-Córdoba (254 asaltos).
2. **Chiapas,** Ocosingo-Palenque (224 asaltos).
3. **Puebla,** Izúcar de Matamoros-Acatlán de Osorio (150 asaltos).
4. **Hidalgo,** Singuilucan-Villa Juárez (134 asaltos).
5. **Jalisco,** Ocotlán-Guadalajara (114 asaltos).

Ahora bien, si por fuerza debes transitar por estas rutas, sigue los siguientes "básicos" de la Secretaría de Seguridad Pública para tener un "viaje feliz" **(http://www.ssp.gob.mx):**

→ Revisa las condiciones mecánicas del vehículo.
→ Verifica la ruta a seguir.
→ No hagas paradas en zonas despobladas.
→ Por ningún motivo subas extraños a tu auto (aunque estén buenas).
→ Utiliza el cinturón de seguridad.
→ Respeta los señalamientos en el camino.
→ No manejes bajo los efectos de alcohol, drogas o cansado.
→ No rebases los límites de velocidad.
→ Guarda tu distancia y no invadas el otro carril.
→ Ante las inclemencias del tiempo, extrema precauciones.

POD PEN vuelve a sorprendernos

Sus nuevos diseños de bolígrafos están dedicados al músico Jimi Hendrix, los cuales vienen en tres diferentes y exclusivos modelos que te presentamos en tu revista **H**.

Trivia

Esta vez **H** y POD PEN te regalamos tres bolígrafos exclusivos de Jimi Hendrix; si quieres llevarte uno, escríbenos a trivias_h@notmusa.com.mx y dinos la ciudad y el año en que nació Jimi.



18.8% de los niños mexicanos, entre 5 y 11 años, presentan sobrepeso (25.1% se encuentra en el D.F.).



Nenas ¿prohibidas?

Ningún prototipo sexual es tan atractivo como las Lolitas: niñas-mujeres que conjugan la incipiente voluptuosidad femenina con la inocencia infantil. El término proviene de la novela del escritor ruso Vladimir Navokov, del mismo nombre. Para que estimules tu fantasía aquí te presentamos algunas "niñas" seductoras que pronto se convertirán en "sex symbols".

¿Así o más chiquita?

1. Lindsay Lohan (18 años, pelirroja deliciosa)
2. Mandy Moore (20 años, ojiverde sensual)
3. Evan Rachel Wood (16 años, dorada intensa)
4. Belinda (15 años, tierna "Lolita" y angelical)
5. Mary Kate y Ashley Olsen (18 años, bellas por partida doble)
6. Sherlyn (18 años, castaña salvaje)

Es imposible lamerse el codo.

yadhira_h@notmusa.com.mx

Nómadas del AMOR



Enero, las fiestas acabaron, mi amor. Salgo de tu casa. Para serte sincera, ESCAPO. A veces no soporto ese olor de intimidad y pido la calle a gritos, como un animal que busca su libertad. Acá, afuera, todo está en orden. Los coches aún no hacen ruido, los faroles siguen encendidos; la acera está poblada de pequeños charcos que recuerdan el diluvio de anoche, la carretera se oye lejos y, aquí cerca, el agua corre por debajo de las alcantarillas.

Lo sé, anoche estuvimos juntos, en tu casa, en tu cama alumbrada por el farol de la acera, mientras tú recorrías mi cuerpo, como si fuera la más sagrada de las carreteras, con destino al Paraíso. Desplazabas tu boca desde el extremo de mis pies hacia la parte trasera de las rodillas, la parte interior de los muslos, y luego hacia mi sexo, donde tu lengua convivió con el agua de la lluvia y mis orgasmos, que iban sucediéndose unos a otros, lentos, pero constantes, hasta morir... como mueren las gotas de agua que se deslizan por un vidrio, para formar, junto a otras, un pequeño arroyo en descenso.

Sí, anoche estuvimos juntos, cariño, pero somos sonámbulos que van de sueño en sueño: nómadas del amor a los que algo, que todavía no podemos comprender, nos impide establecernos y compartir nuestros amaneceres con el mismo amante cada día. ¿Y qué es eso? No lo sé, mi amor, dímelo tú, si lo sabes. Algunos dicen que es el mal de este siglo, pero yo pienso que es el mal de amor que sufre el mundo desde que todo comenzó... hasta este

mismo instante en el que acaricio tu cabeza y te miro, enamorado; te miro leyéndome, y quizás soñando con la compañía inseparable de alguien y, al mismo tiempo, con la eterna libertad. A eso le llaman paradoja cariño, a eso, bombón, le llaman: VIDA.

La última vez que nos vimos fue debajo de un puente desierto, en la semioscuridad que producía un farol, similar al de tu habitación. Sólo en esta ocasión estábamos más cerca de la lluvia, del viento frío, mientras nuestros cuerpos ardían. Nos besamos con ansiedad, con una furia que sólo dejamos salir bajo la sombra de la noche, y que no es posible mostrar a la luz del día, mientras todos sonríen y se llenan la boca de frases amables y aburridas. Recorriste mi piel, y yo tu cuello, las caderas se unieron en un solo movimiento. Alguien pasa, estamos teniendo sexo en la vía pública, encajo las uñas en tu espalda para no gritar de placer. Llueve a cántaros. ¿Sabes cuál es el único camino de regreso al cobijo del farol que alumbra tu cálida recámara, mi amor?

La memoria papacito. La memoria que volverá a ti CADA VEZ que veas un pequeño hilo de lluvia deslizarse por tu ventana y una lágrima invisible corra por tus ojos; CADA VEZ que tu ropa y tus papeles del trabajo se empapen bajo el agua inclemente y, para sorpresa de la gente, profieras una enorme carcajada que haga que tu mente y tu cuerpo, entumidos por un día más en la oficina: REVIVAN.

Besitos, Yadhira. H

Foto: Latin Stock



"Sube a nacer conmigo, hermano (...) No volverás del fondo de las rocas. No volverás del tiempo subterráneo(...) No volverán tus ojos taladrados." (*Alturas de Machu Picchu*, Pablo Neruda)

Texto y fotos Luz Carmen Meraz
lmeraz@notmusa.com.mx



Paraíso perdido

Ninguna región es tan contrastante como Latinoamérica, aquí se respira belleza, magia, injusticia social y aniquilación. En la zona del Perú, a 120 kilómetros de la ciudad del Cusco (valle Urubamba), se encuentra el centro más importante de culto y observación astronómica inca: Machu Picchu ("cumbre mayor" o "montaña vieja"), misteriosa ciudad edificada en lo alto de la selva. ¡Descúbrela!

Patrimonio de la humanidad

Por su magnificencia, la perfección de sus líneas y su armoniosa arquitectura, Machu Picchu es considerada, por la Unesco, Patrimonio Cultural de la Humanidad (1983). Esta inmensa construcción de piedra se despliega sólida en lomas estrechas sin cemento o algún otro pegamento. Aquí, sobre el cañón de Kusichaca, se ve el río Urubamba (400 m de profundidad) y la selva de Vilcabamba, siempre vigilados por un gigante como vecino: la cumbre del Huayna Picchu o "montaña joven".

"El Descubrimiento"

El 24 de julio de 1911, el explorador norteamericano Hiram Bingham encontró la ciudad luego de años de seguirle la pista a la leyenda del llacta de Vitcos o Viticos, el último refugio inca contra la conquista española. Bingham bautizó a la urbe con el nombre del cerro que la cobijaba: "Machu Picchu", aquí inició su "destrucción", pues, con auspicios del Gobierno de Perú y los Estados Unidos, se inició una "investigación" que terminó en saqueo; todos los objetos encontrados acabaron en EE.UU.

Su función

Dicen que se trató de un monasterio para formar acllas (niñas), que servirían al Willac Uno (Sumo sacerdote). No obstante, más allá de sus posibles funciones, el encanto de Picchu está en sus plazas y acueductos; así como en sus observatorios, miradores y su Reloj Solar, evidencias de una gran sabiduría y técnica.

La estructura

Los arqueólogos la dividen en tres grandes sectores: a) Barrio Sagrado, Templo del Sol y Habitación de las Tres Ventanas; b) Barrio de los Sacerdotes y la Nobleza (zona residencial) y

Machu Picchu: El



c) Barrio Popular. La edificación sigue el estilo inca: construcciones con muros de sillares pulidos de forma regular, coyunturas perfectas entre los bloques de piedra y una ligera inclinación.

La ciudad de los andenes

Por sus escalinatas y fuentes de agua, erigidas a 2,400 m sobre el nivel del mar, Picchu puede ser conocida también como "La ciudad de los andenes", mismos que alcanzan cien peldaños o más.

Vías de acceso

Carmen, guía de turistas, nos ubica tres vías para llegar al santuario: "Por aire, en helicóptero, vuelo de 30 minutos; por tierra, en tren, viaje de cuatro horas hasta Aguas Calientes; y en la ruta 'trekking' o 'Camino Inca', viaje de tres días, que es el trayecto original. Si se quiere visitar la montaña de enfrente o Huayna Picchu ('montaña joven'), existe un espectacular sendero que conduce a terrazas al borde del abismo y a pequeños templos en ruinas. Desde ahí, la vista de 'la montaña vieja' o Machu Picchu es fascinante".

Precios aproximados

Diría el "Che" Guevara: "Todo latinoamericano debe visitar Machu Picchu". Por ello, si decides hacer el viaje, ten en cuenta los siguiente: avión directo México-Lima (425 USD, clase turista, 5 1/2 horas de vuelo, viaje redondo); avión Lima-Cusco (125 USD), Bus-Tren-Bus Cusco-Machu Picchu (60 USD). Hospedaje en las ruinas "Hotel Sanctuary Lodge": habitación simple (455 USD), doble (547 USD), con Vista (626 USD), Suite (711 USD). Desayuno (15 USD), comida (35 USD), cena (15 USD). Ahora bien, si quieres ahorrarte unos dolarucos puedes hospedarte en Cusco, lugar que te mostraremos próximamente.

paraíso perdido

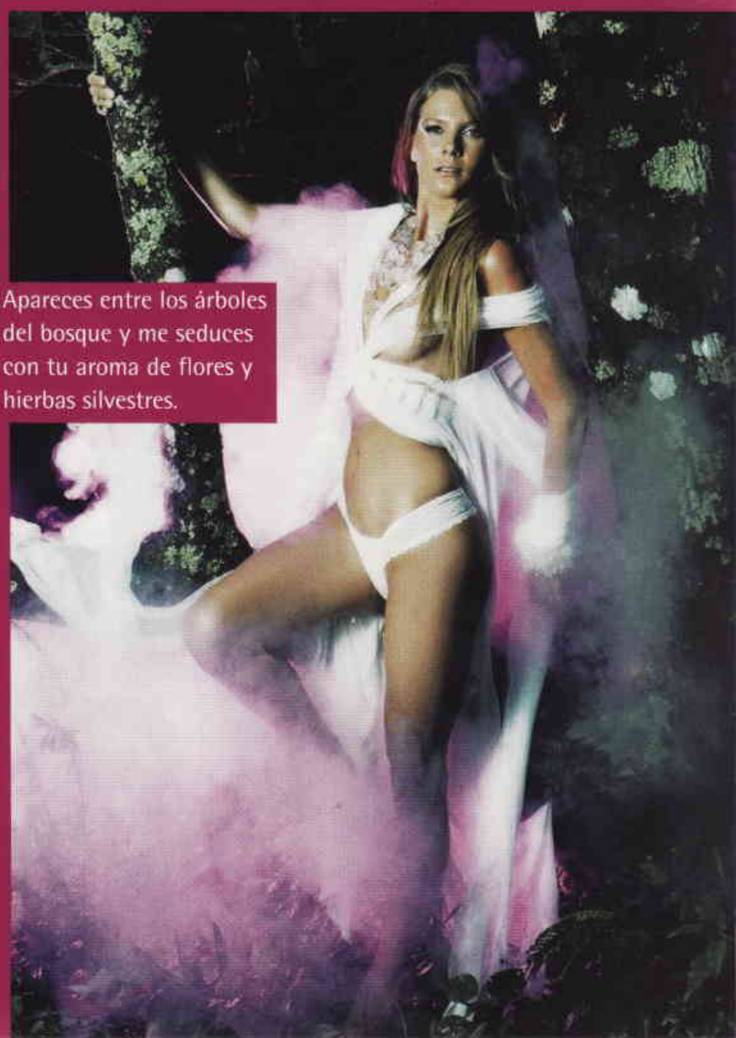
Después de estos encuentros ya no sé si sigo vivo o si he llegado al Paraíso.

Ninfas de e

Foto Iván Belaustegui Maquillaje Juan Carlos Frank Diseño Moda Manuel Vera/Martha de la Peña Producción Verania Pérez Peinado Antonio Mojica



Deja que tu lenguaje corporal y tu actitud seductora despierten mi imaginación.



Apareces entre los árboles del bosque y me seduces con tu aroma de flores y hierbas silvestres.

e nsueño

Hay veces que la realidad rebasa a la ficción, especialmente cuando se trata de las mujeres más bellas.



Necesitaba este momento, solamente contigo, para poder disfrutarte a solas.



Sólo espero que cuando bajemos de este árbol las hojas sean las únicas que sepan lo que sucedió.

Los recuerdos de todo lo acontecido no te dejan conciliar el sueño; y no te culpo, pues tampoco podré dormir en mucho tiempo, esperando nuestro siguiente encuentro.

Arma un "ridículum" de primera

Aprovecha al máximo tu mejor herramienta de "marketing" personal: tu currículum, no olvides que es la mejor forma de vender tu imagen. Para que no te quedes en lista de espera, o escuches el clásico "nosotros le hablamos", ten en cuenta las siguientes observaciones:

Procura que no exceda de dos páginas

1 Incluye sólo datos relevantes como la formación universitaria y nombre de las empresas en donde has trabajado anteriormente (si es el caso).

2 Si estudiaste algún idioma, no pongas el nombre de la escuela, a menos que sea muy reconocida.

3 La experiencia laboral no se debe limitar a una simple enumeración de las compañías, destaca tus logros.

4 No conviene ser minucioso en los datos personales y es innecesario poner foto, pasatiempos y referencias, a menos que la empresa lo requiera.

5 En el currículum moderno suele incluirse un resumen (no más de 10 líneas) en el que expliques tu experiencia, áreas en donde has trabajado, habilidades e idiomas.

6 Ten cuidado al elegir el papel de impresión, no utilices hojas demasiado delgadas.

7 Ni se te ocurra enviar un currículum fotocopiado, sucio, maltratado, en papel de colores, escrito a mano o con fallas ortográficas. Procura usar la misma tipografía para el documento, resaltando los títulos.

Ya que tomaste en cuenta lo anterior, puedes iniciar tu búsqüeda. En Internet utiliza las siguientes páginas:

http://www.bolsadetrabajo.com
Bumeran.com.mx
Bolsa-Trabajo.com
BolsaMexicanadeTrabajo.com
http://www.chambanet.gob.mx/
Empleate.com.mx
OCC.com.mx
EmpleosMx.com
Profesionales.com.mx
InfoJobs.com.mx



Un estudio, con 200 mil avestruces, demostró que no meten la cabeza en el suelo.



¡Lávate el hocico!

El mal aliento, o haber perdido uno que otro diente, puede arrastrar consecuencias peores que el rechazo, pues se corre el riesgo de un infarto. De acuerdo con la Universidad de Harvard, las personas con las encías dañadas tienen mayores niveles de bacterias en la boca, y si estos microorganimos entran en el torrente sanguíneo y llegan a las válvulas del corazón, pueden causar serios problemas en este órgano vital. Para evitar este mal, cepíllate los dientes tres veces al día y utiliza hilo dental; renueva el cepillo cada mes y visita a tu dentista cada seis meses.



Transparente y azul

La industria tequilera presenta el nuevo **"Azul Centenario"**: una bebida reposada **100% de agave,** de sabor suave y dulce, y con un ligero toque amargo. Disfruta en tus fiestas de este joven tequila que ya está a la venta en todas las tiendas departamentales, licoreras y supermercados. Cuesta, aproximadamente, 130 pesos.

vox populi

La llave china

Igual que los conocidos "chineros", rateros que aplican una llave en el cuello para dejar inconscientes a sus víctimas, así China "se la está aplicando" a nuestra desfasada economía, que mantiene normatividades anticuadas que no le permiten atraer la suficiente inversión extranjera. Para ello **China ha establecido reformas sin mediar debate, sus promotores de negocios convencen al inversionista con inmensos parques industriales dotados de aduanas, aeropuerto, autopista y dormitorios para trabajadores.** La ventaja de China sobre México no sólo radica en el costo de su mano de obra, sino en que este país está enfocado en ganarse al inversionista sin laberintos burocráticos, con exención de impuestos por dos años y pago de ínfimas tarifas por el uso de servicios (el gas natural se puede comprar 25% más barato que en México, la electricidad cuesta 68% menos y el agua es 85% más económica). **En los primeros cinco meses de 2004 llegaron a China 25 mil millones de dólares en inversiones extranjeras, más del doble de lo que entró a México; sin haber alcanzado a emprender el vuelo, el águila azteca está siendo desplumada por las garras del dragón chino, pero también parece que lo hará con las economías más poderosas del planeta, tanto así que analistas de Goldman Sachs han proyectado que China superará a la economía de Japón en 2015 y a la de EE.UU. en 2039.**

Durante el estornudo el corazón se detiene un milisegundo, por eso la costumbre de decir "salud".



Chiste Ganador

Viejito "bien firme"

Enviado por Ricardo Amézquita

Éste era un mago que se subió en hora pico a un autobús que iba llenísimo, cuando la gente regresaba de su trabajo.
El mago gritó:
-Señoras y señores... muy buenas tardes, para amenizar su viaje les voy a hacer magia.
Ninguna persona le hacía caso, mientras aparecía un ramo de flores:
-¡Taraaaannnnn!
Como nadie lo peló, se enojó y les dijo:
-Voy a hacer que se eleve este autobús... 1, 2, 3.
Entonces el autobús se elevó y toda la gente, asustada, le gritó:
-¡Bájalo, bájalo, por favor!
-No que no me creían. Si quieren que baje el autobús, soplen todos.
Toda la gente empezó a soplar y el autobús descendió.
La gente estaba emocionada y le pidió otro truco al mago, quien contestó:
-Voy a hacer que a ese viejito se le pare la pirinola... 1, 2, 3.
Y que se le para la pirinola al viejito.
Los pasajeros exclamaron:
-¡Oooooohhhhh!
Y el viejito, muy apurado, les gritó:
-¡Chin÷$% a su madre el que sople!

EL POLLO BILINGÜE

Iba caminando por el campo un pollito y, de repente, choca con un zorro, el cual hablaba inglés; el zorro se disculpa y le dice:
-I'm sorry.
Y el pollito le responde:
-I'm pollito.

POR UNA TIRADA

Una adolescente le dice a su mamá que no le ha "bajado". Alarmada, la mamá va por una prueba de embarazo casero y el resultado es ¡POSITIVO!
Gritos, lamentos, lágrimas, indignación.
-¿Quién fue el cerdo?, anda dime, lo único que has logrado es manchar nuestra reputación.
La chica toma el teléfono y hace una llamada. Media hora después se para enfrente de la casa un Ferrari último modelo, del que sale un tipo maduro y distinguido, de pelo entrecano y vestido impecablemente.
Toma asiento ante el furioso padre, la madre indignada y la hija llorando, y le dice al progenitor:
-Buenos días... su hija me ha informado del problema; sin embargo, yo no puedo casarme con ella porque tengo otra situación familiar, aunque, por supuesto, me haré cargo de la manutención.
Si nace una niña, el legado será dos tiendas, un apartamento, una casa en la playa y una cuenta de 1,000 dólares cada mes. Si nace un niño, el legado será una fábrica y dos casas, además de su respectiva cuenta de 1,000 dólares cada mes. Y si nacen gemelos, una fábrica para cada uno, dos mansiones en Miami, una para cada uno, y la respectiva cuenta de 1,000 dólares cada mes. En cambio, si pierde el embarazo...
En este punto el padre, que había permanecido callado todo el tiempo, se levanta, apoya una mano en el hombro del ricachón y le dice:
-¡HOMBRE, NO SE PREOCUPE, SE LA COGE OTRA VEZ!

FIELMENTE PEDO

Era un hombre común y corriente que todos los viernes se iba a emborrachar, entonces uno de esos días "se puso hasta las chanclas" y amaneció en su casa; a su lado, había una nota que decía:
"AMOR, AQUÍ TE DEJO EL DESAYUNO Y TU BAÑO ESTÁ LISTO, NOS VEMOS AL RATO."
El señor dice:
- Pues, ¿qué hice?
Después le llama a su hijo y le pregunta:
- Hijo, ¿dime qué hice anoche?
- Uuuuuuuuuuy papá, qué no hiciste: Chocaste el carro en la cochera, vomitaste en la alfombra, rompiste el jarrón de la escalera y cuando mamá te estaba desvistiendo le dijiste: "QUIETA, PERRA, SOY CASADO"...

6 DE ENERO

Un par de prostitutas van caminando por la Alameda Central y, platicando, le pregunta una a la otra muy seriamente:
-Oye, Roxy, ¿tú que les vas a pedir a los Reyes Magos?
-¡Ay manita!, qué pregunta es ésa, ya sabes que no hago excepciones, lo mismo que a todo el mundo: $200 la mamada y $500 el palo.

Por Gianfranco De Cesco
gdecesco@notmusa.com.mx

UNA NOCHE DE Gran



Estamos de acuerdo,el lujo no nos interesa. Realmente somos gente práctica, orientada a los verdaderos valores que [redacted]sablemente cosechamos día tras día.Pero éste es un lujo tan sinuoso que logra envolvernos en sueños que ablandan lo más íntimo de nuestro ser.

lujo



Fotógrafo: **Gianfranco De Cesco**
Coordinación de moda: **Eduardo Pérezrivera**
Maquillaje y peinado: **Alejandro Reynal**
Asistente de fotografía: **Alejandro Bernal**
Agradecemos al equipo de relaciones públicas de General Motors de México su colaboración durante la realización de este reportaje.

Nuestra debilidad es nuestra fortaleza y dulcemente nos dejamos llevar con este aire de sutiles tentaciones que, debilitando a nuestra razón,logran alivianar a nuestras sufridas almas.

Cadillac STS

- → DESPLAZAMIENTO MOTOR: 4,600 cc Northstar
- → NO. DE CILINDROS: V8
- → POTENCIA: 320 hp a 6,000 rpm
- → TRANSMISIÓN: Secuencial automática S (Sport) de cinco velocidades
- → FRENOS: De discos en las cuatro ruedas con control de estabilidad (TC) y ABS
- → PRECIO: $692,890

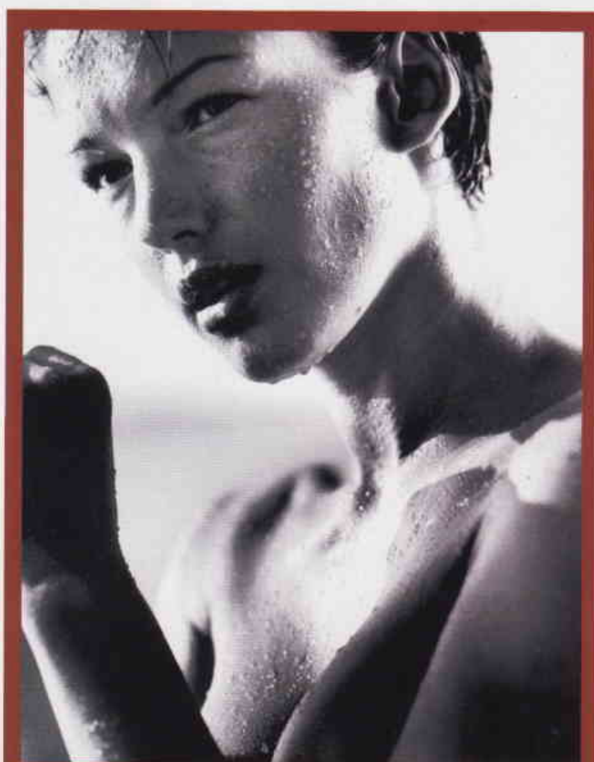
CORSETERÍA DE VICKY FORM, BLUSAS DE ZARA Y ACCESORIOS DE LILIANA GONZÁLEZ

contestadora_h@notmusa.com.mx



¿Nos puede dar sarna allá abajo?

¡Por supuesto! La sarna no es exclusiva de los perros. Ésta la produce un ácaro llamado Sarcoptes scabiei y, generalmente, daña los pliegues interdigitales (entre los dedos), las axilas, la areola de la mama, las caras internas de los brazos y los muslos. Cuando afecta el área de los genitales se llama escabiasis o sarna genital. Se manifiesta por la presencia de pálpulas (pequeñas elevaciones de la piel), vesículas (bolsas minúsculas de líquido) y costras; hay presencia de comezón en las lesiones, por lo que al rascarse se puede infectar. Su forma de contagio no siempre es por contacto sexual, sino a través de la ropa. Su tratamiento es con base en sustancias como el Hexaclorocicloexano o gamexano, N-etil-o-toluidina o Benzoato de bencilio. Si padeces la enfermedad debes consultar a un médico.



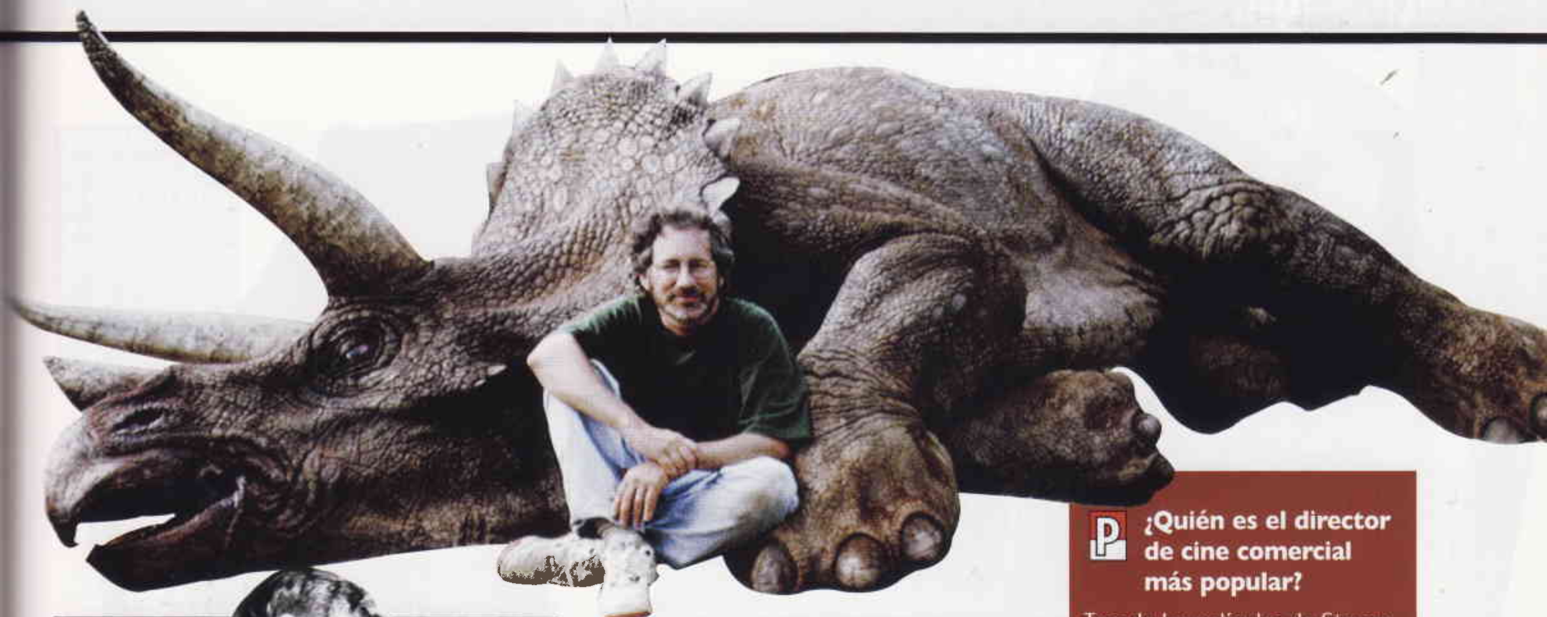
¿Excita sexualmente el olor a sudor?

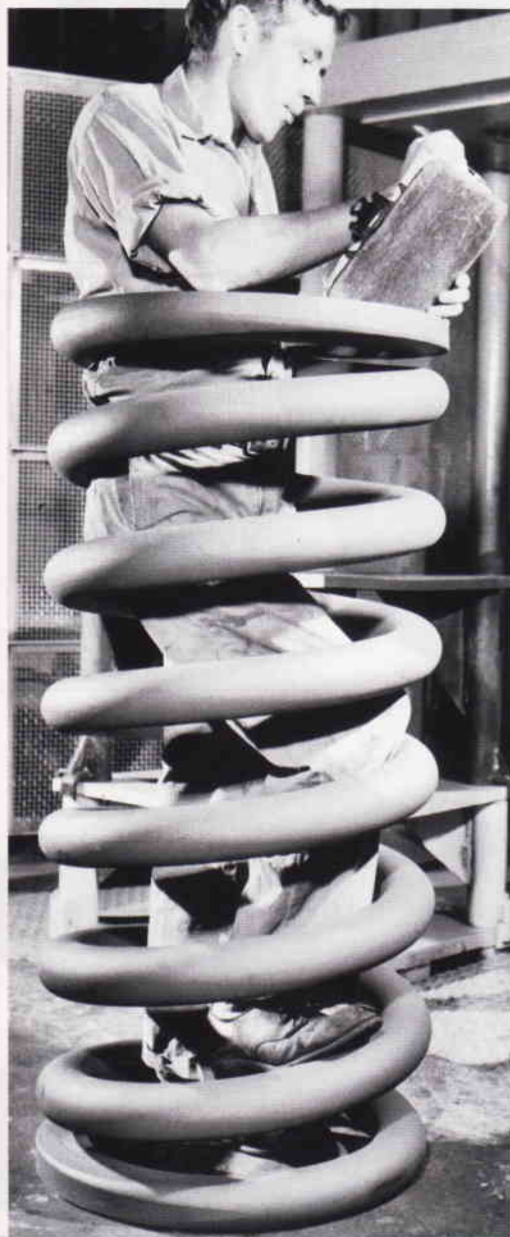
Hace poco se descubrió que el sudor humano contiene unas sustancias llamadas feromonas, las cuales estimulan el apetito sexual. Antiguamente se pensaba que el órgano vomeronasal —el encargado de detectarlas— solamente estaba desarrollado en los animales y se presentaba atrofiado en los seres humanos. Ahora se ha comprobado lo contrario y se ha podido constatar que las feromonas tienen mucho que ver en la comunicación sexual entre los seres humanos.



¿Cuál fue el primer anuncio de la historia?

El primer anuncio publicitario que se conoce como tal fue descubierto en las ruinas de Pompeya, cerca de Nápoles (Italia). Anunciaba un librero y data del año 79 d.C., aproximadamente.





¿Por qué la piel del escroto es arrugada?

La piel del pene está penetrada por fibras musculares que se extienden, precisamente, desde el músculo del escroto. Si está flojo y cuelga, o se sostiene con firmeza contra el cuerpo, se debe a la fuerza o actividad que tenga el individuo. Cuanto más activo está el músculo, más firme y más arrugado aparece el escroto, aunque, por supuesto, se estimula también por la contracción a causa del miedo o el frío. Las fibras musculares, asimismo, son responsables de la reducción del pene en longitud y de la variación en el tamaño del esfínter del prepucio (nombre elegante para la apertura del prepucio al final del pene).

¿Quién es el director de cine comercial más popular?

Tres de las películas de Steven Spielberg están entre las diez que más dinero han recaudado en todos los tiempos, un total de 2,230 millones de dólares. *Jurassic Park* (1993), tercer lugar con 920.1 millones de dólares; *ET, El Extraterrestre* (1982), con 700.8 millones; y, finalmente, en el lugar 10º, *Jurassic Park: El Mundo Perdido* (1997), con 614.1 millones. Todo lo anterior convierte a Steven Spielberg en el director más conocido a nivel mundial.

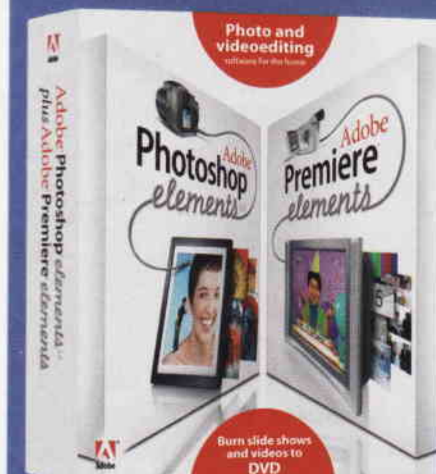


¿Qué actriz de cine ha tenido más nominaciones al Oscar?

Entre 1979 y el 2003, Meryl Streep (EE.UU.) ha sido nominada 13 veces como mejor actriz de reparto y 10 más como mejor actriz protagónica. Únicamente ha ganado en dos ocasiones, la primera en 1980 como mejor actriz de reparto por *Kramer vs. Kramer* y la otra en 1983 como mejor actriz protagónica por *Sophie's Choice*.

Descarga tu energía

NUEVOS HIJOS



Hay dos nuevos miembros de la familia Adobe: el Adobe Premiere Elements, que ofrece a los videos caseros un toque profesional con captura confiable de video, tareas de edición automatizadas y grabador de DVD integrado; y el Adobe Systems Incorporated, software de fotografía digital con Photoshop Album 2.0, el cual tiene nuevo calendar Vie, intercambio con teléfonos móviles y dispositivos de mano. ¡Juega con ellos!



RELOJES INTELIGENTES

Swatch y Microsoft se unieron para lanzar al mercado "Paparazzi", un reloj habilitado con aplicaciones de entretenimiento, gracias al servicio MSN Direct con el que podrás recibir noticias, horóscopos, finanzas y mucho más.

¡APÚRATE!

Llévate un ratón

Si eres el lector número 20 ó 21 en escribir a trivias_h@notmusa.com.mx y nos dices en qué número de la revista te mostramos el mouse S+ARCK de Microsoft, entonces será completamente tuyo.







NUESTROS GANADORES MÁS RECIENTES:

→ **Celulares deportivos Siemens**
Ramiro Aguilera Camargo (D.F.)
Jorge Gerardo Castillo Olvera (Puebla)



↑ RADIO SATELITAL EN TU BOLSILLO

El **MyFi** de **Delphi** es la más reciente generación de radio satelital portátil "XM2GO", con el que escucharás la mejor selección de canciones (Ultimate PlayList(tm)) de XM. Disfruta de más de 130 canales digitales en dos formas: "modo en vivo" (69 canales libres de comerciales) y "memoria diferida" (que permite almacenar hasta cinco horas de programación).

← LIGERITO, LIGERITO

Reebok lanza este mes un nuevo tenis confeccionado con tecnología **DMX Foam** con la que se logra una máxima amortiguación. El material abrasivo en la punta evita el desgaste del zapato al momento del servicio; además, cuenta con un pivote especial para los movimientos laterales y un puente de transición en el área del arco para una mayor estabilidad.

→ A PRUEBA DE TODO

El **M65** es un teléfono resistente que es ideal para actividades rudas, pues es a prueba de agua y a los golpes, además, tiene amplias funciones multimedia y diseño de vanguardia que combina acero y goma. Es perfecto para hombres que llevan una vida activa al aire libre.



← VENTAJOSO

El modelo **KX-TG5230LAM** de 5.8GHz, de **Panasonic**, ofrece el mejor avance en tecnología telefónica inalámbrica, el cual cuenta con mayor alcance, mejor calidad y nitidez de sonido, mayores niveles de seguridad para proteger la privacidad de las conversaciones, así como la posibilidad de expandir el número de extensiones y un identificador de llamada por voz o Caller ID, ¿quieres más?

→ DIRECTO A TU CEL

Sony Ericsson Lounge (www.sonyericsson.com/lounge) es un sitio de Internet que permite a los usuarios en Latinoamérica descargar a sus teléfonos móviles tonos de timbre, fondos y MP3 de los intérpretes de música electrónica "lounge" del momento. ¡Visítalo!



Por Gianfranco De Cesco
gdecesco@notmusa.com.mx

SMART Forfour

México fue el país elegido para presentar al resto del continente el nuevo Smart Forfour que, como deja entrever su nombre, es el primer Smart que ofrece una real capacidad para cuatro personas. El nuevo Smart cuenta (como sus antecesores) con la celda de seguridad tridion que protege, a lo largo y ancho, el habitáculo del Forfour. El propulsor elegido para el Forfour es un 4 cilindros en línea de 1,500 cc, que entrega 109 hp con un torque de 145 nm. A estos números, muy respetables para un motor tan pequeño, hay que añadir que el peso del FF es inferior a los 1,000 kilos, un detalle que puede lanzar al pequeño Smart a más de 190 km/h, con un consumo medio de gasolina de 17 km/h, que lo harán muy apreciable al público mexicano. ¿Su precio? Todavía no se confirma oficialmente, pero especulamos que será de alrededor de 190,000 pesos.

ASHTON MARTIN VANQUISH S

NISSAN MICRA

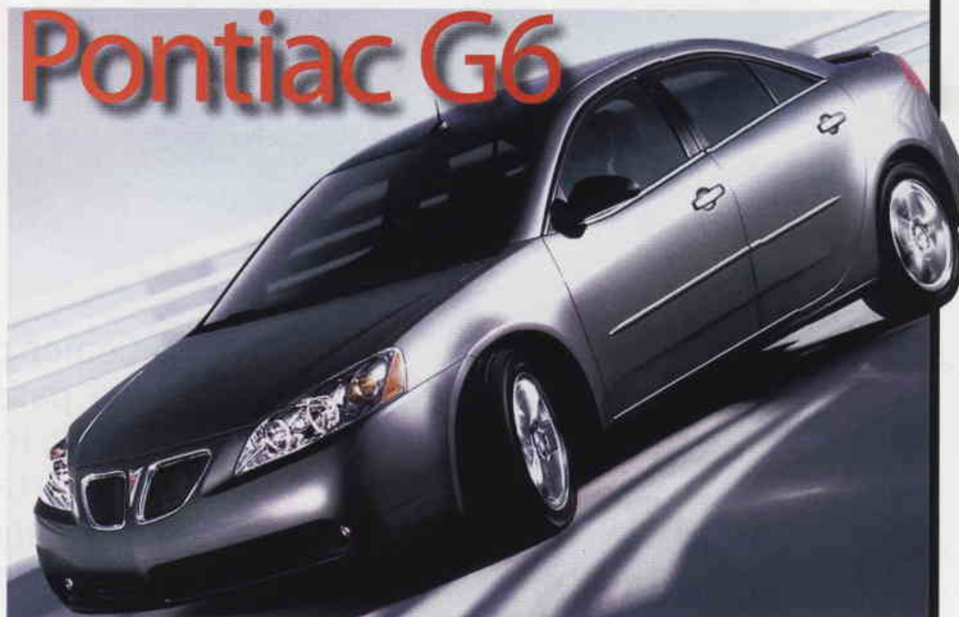
Después de mucho tiempo de estira y afloja, que sí viene, que si no viene, finalmente el tan esperado Micra aterrizó desde la lejana Inglaterra a suelo mexicano. La razón de tanta espera radica, principalmente, en su diseño. Fresco, moderno y juvenil, luce ideal para cautivar a un público nacional en continua búsqueda de algo elegante y económicamente aceptable. En México encontraremos (por el momento), únicamente el modelo Micra Confort que cuenta con una serie de accesorios de primera clase, como la dirección eléctrica sensible a la velocidad (conforme aumenta se va endureciendo el volante), sistema de frenos con ABS y EBD, compact disc en el tablero, dos bolsas de aire y, consecuentemente, un precio de 141,000 pesos, incluyendo impuestos. Lamentablemente, el Micra pertenece al segmento de los pequeños compactos y, como tal, sufre de algunos límites propios de su naturaleza, como un motor 1.4 de sólo 88 hp y los frenos traseros de tambores. El público decidirá el futuro de nuestro pequeño amigo. Estaremos esperando la



llegada de las versiones menos suntuosas, pero más accesibles, dado que la ergonomía interna del Micra es tan buena que puede olvidarse de tantos buenos y caros detalles; considero que el Confort tendrá pocos espacios en un mercado tan reñido como el nuestro.

Parece que la carrera de las armadoras por crear autos más poderosos está en pleno auge. En el pasado Autoshow de Paris, la firma inglesa Aston Martín (su nuevo dueño es la americana Ford, ¿debemos seguir llamándola inglesa?) lanzó su nuevo súper bólido de 520 hp (igual que el Lamborghini Murciélago) que realmente deja sin aliento a los apasionados de la firma inglesa. Desde su primera aparición, el Vanquish, con su cuerpo musculoso, dejaba ver cuál sería su verdadera naturaleza, pero nadie podía imaginar que algún día llegara a estos impresionantes números. Con un propulsor de 6.0 litros y 12 cilindros, el Vanquish rebasa los 320 km/h y alcanza los 100 km/h en sólo 4.8 segundos; con un nuevo chasis (A.M. racetrack-developed Sports dynamic chassis) el nuevo S puede sostener un manejo deportivo de muy alto nivel, junto con un novedoso sistema de frenos de alto rendimiento. Lo que más atrae la atención de este bólido es su silueta, la cual se presenta limpia de cualquier alerón y logra mantener un aspecto equilibrado y armonioso, muy al estilo de sus blasonados antepasados.

Pontiac G6



Cuando las especulaciones que daban por muerta a la marca Pontiac alcanzaron su cúspide, llegó de improviso el nuevo producto de la firma General Motors abriéndole infinitos horizontes. El Pontiac G6 rompe completamente con los modelos antecesores en cuanto al diseño exterior; estéticamente nos encontramos con un diseño muy limpio, sin inútiles accesorios, en el que destaca la nueva parrilla frontal de dos elementos que hábilmente recorta las líneas redondeadas del G6, regalándole un frente original y distinguido. Desde un punto de vista tecnológico, destaca su nuevo motor 3.5 SFI de 200 hp con transmisión automática de cuatro velocidades con modo de cambio manual y las nuevas suspensiones independientes en las cuatro ruedas con barras estabilizadoras, las cuales ponen a este auto en un nivel de maniobrabilidad muy interesante. Con el G6 Pontiac permanece en este nicho de mercado y está más fuerte que nunca.



Comer por comer, ya es cosa del pasado. Estás a punto de descubrir los beneficios sexuales que te reportan algunos alimentos. Sigue leyendo y sácale un mayor provecho a tus "comilonas".

Nutrición y sexo

Para comértela en la cama

Por Jorge Pedro Uribe
jorgepedrouribe@hotmail.com

Sólo hay dos cosas más importantes que la comida y el sexo: leer este artículo y poner en práctica lo que a continuación vas a leer. Los siguientes consejos te serán mucho más útiles y trascendentes que todas tus clases de química y deportes juntas, así que, si yo fuera tú, ya estaría llamándole a esa vecinita para invitarla a... comer.

1 Mariscos

Las lipoproteínas de alto peso molecular, que poseen especies como el abulón, los ostiones y el camarón contienen una carga de colesterol suficiente como para despertar las hormonas sexuales. Además, el Omega 3 que hay en los peces de agua dulce como el atún, el salmón y las sardinas es un aliado sexual, aún más efectivo que la mismísima mano amiga.



2 Pico de gallo

"La cebolla es uno de los alimentos que mejor favorecen la circulación sanguínea y, por lo tanto, la capacidad para lograr erecciones más duraderas", dice el nutriólogo Francisco Montoya. Este tubérculo intensifica sus efectos si se le mezcla con tomate. Dicen que diez tomates a la semana bastan para conseguir un apetito sexual más que aceptable. Así que ya sabes: un piquito de gallo puede ser una excelente antesala para un piquito de lo otro...

3 Frutas y verduras

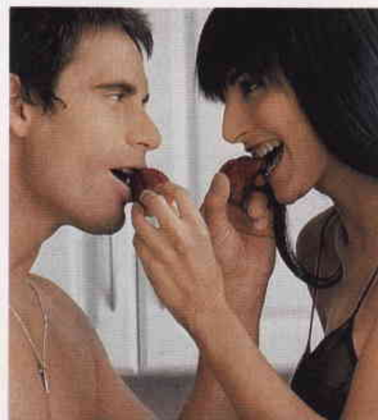
Cuando escuches aquello de que tú eres lo que comes, tómatelo muy en serio porque es verdad. El desempeño sexual de las mujeres se encuentra íntimamente relacionado con el olor que desprende el cuerpo masculino y este aroma depende, en gran medida, de la dieta que mantengas. Está demostrado que ellas se prenden más ante las feromonas con aromas frutales y de origen vegetal, así que entre más frutas y verduras existan dentro de tu alimentación, más podrás excitarlas con tu aroma. Además, es sabido que la fructosa es el principal componente del semen.

4 Alcohol

Después de un par de cervezas, el tímido deja de serlo, la ñoña se suelta el pelo y el intercambio de miraditas se vuelve más abierto. Es innegable que el alcohol constituye un poderoso excitante sexual y un fabuloso estimulante en esto de la calentura, pero sus efectos en la cama son, generalmente, desastrosos, pues "al momento de beber, la tiroides produce una hormona llamada tiroxina que disminuye la libido", explica Francisco Montoya. Conclusión: dime cuánto bebes y te diré cuánto la diviertes.

5 Ginseng

No sólo Pelé necesita preocuparse por sus erecciones, también los jóvenes debemos estar al pendiente de nuestra potencia sexual, procurando una dieta rica en vitaminas A, B6 y D3, y ácido fólico. Afortunadamente, todas estas sustancias se encuentran juntas en el Ginseng, una raíz con efectos sobre la circulación y el sistema nervioso. Se dice que es tan fuerte que en donde crece no se puede volver a sembrar algo. H



Información quesque importante

- En una relación sexual, de aproximadamente media hora, se queman alrededor de 300 kilocalorías, es decir, lo equivalente a seis tortillas o un atole.
- El ajo, el jengibre y la soya son reconocidos estimulantes del apetito sexual.
- Los mariscos son una fuente importante de zinc, mineral que se encuentra relacionado con la producción del fluido seminal y con la síntesis de la testosterona.
- Un plato de frijoles, habas o lentejas proporciona la energía necesaria para mantener una relación sexual aceptable.
- Los alimentos que contienen vitaminas A, B6, C y D3, como el aguacate, estimulan la secreción de hormonas sexuales.



Si quieres saber más, contacta al nutriólogo Francisco Montoya (pakomontoya@yahoo.com.mx).

ANETTE MICHEL ¡QUÉ NIVEL

Por Jorge Pedro Uribe
jorgepedrouribe@hotmail.com

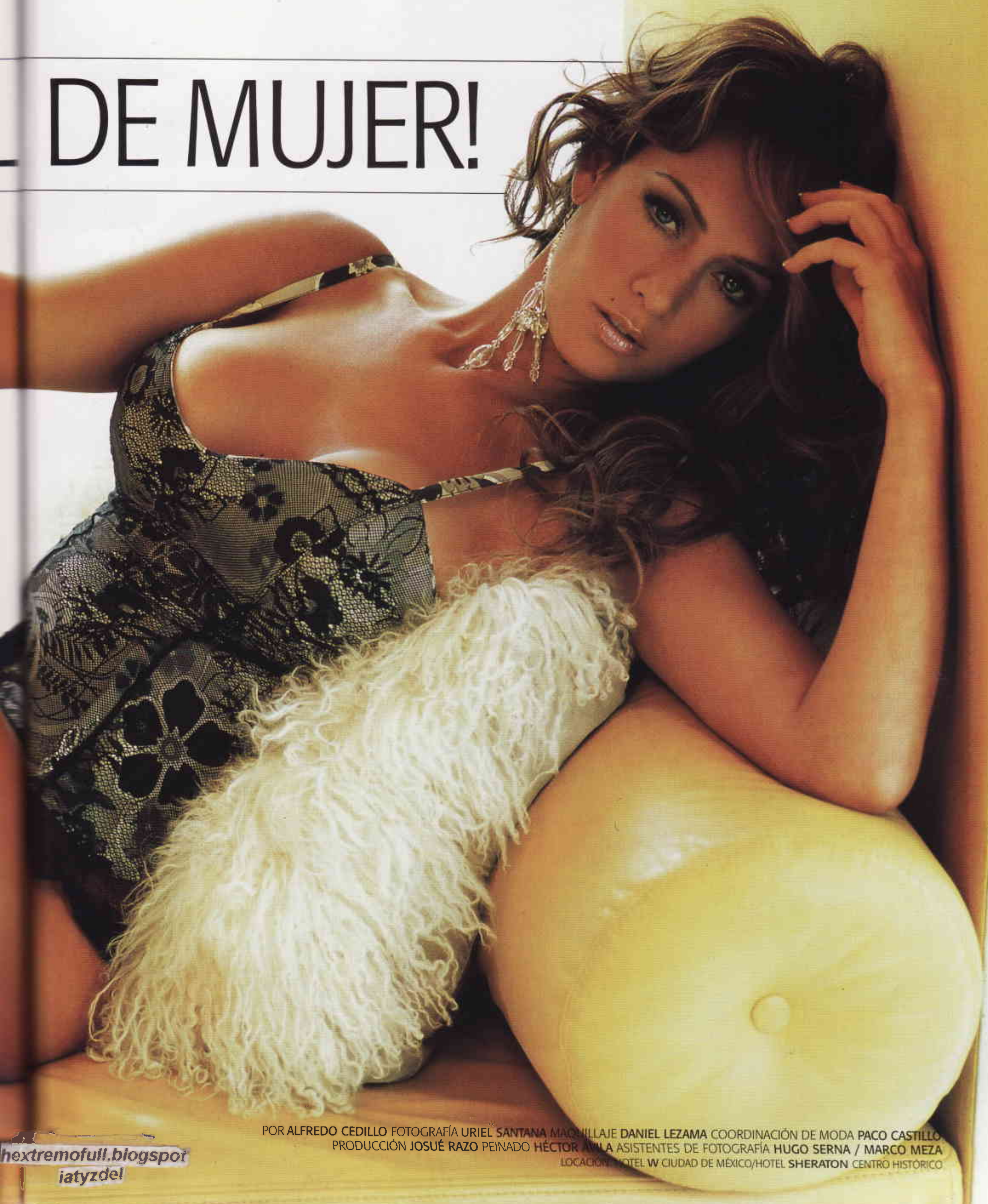
Tiene a todo el mundo en la mira, pero también todo el mundo la tiene a ella. Y no sólo en la mira... Una de las mujeres más atractivas de México comenzó su trayectoria modelando uniformes de oficina. Quince años más tarde, y en el mejor momento de su carrera, Anette Michel se confiesa con nosotros, como actriz y conductora, pero, sobre todo, como la mujer sensual, y sensible que es.

¿Qué ha sido de ti desde la última vez que posaste en H?
Han sucedido muchas cosas maravillosas: ***Tempranito*** sigue siendo un programa exitoso con el que estamos encantados, y todos los días me sorprendo de que me paguen por divertirme tanto; también he estado haciendo teatro, ahora mismo estoy en ***El tenorio cómico*** y, afortunadamente, nos está yendo muy bien. Estoy doblemente agradecida porque sé lo difícil que es el teatro en México, pues la gente no asiste por la inseguridad, el tráfico, los precios y la falta de interés. Por eso estoy muy feliz de que sigamos llenando los foros donde nos presentamos.

¿Qué esperas del año que comienza?
En 2004 volví a actuar luego de más de tres años, y a mucha gente le encantó el papel que hice en ***Mirada de mujer, el regreso***. Para el 2005 me esperan grandes decisiones, especialmente en el plano personal, pues quiero encontrar un equilibrio entre mi faceta privada y la profesional. México es un país en el que los actores tenemos que hacer muchos trabajos a la vez y debido a eso siempre estamos ocupados, por lo que terminamos descuidando nuestra vida personal...
Voy a seguir así unos seis meses y luego quiero hacer un viaje largo y después darle un giro a mi carrera.



DE MUJER!



POR **ALFREDO CEDILLO** FOTOGRAFÍA **URIEL SANTANA** MAQUILLAJE **DANIEL LEZAMA** COORDINACIÓN DE MODA **PACO CASTILLO**
PRODUCCIÓN **JOSUÉ RAZO** PEINADO **HÉCTOR ÁVILA** ASISTENTES DE FOTOGRAFÍA **HUGO SERNA / MARCO MEZA**
LOCACIÓN HOTEL **W** CIUDAD DE MÉXICO/HOTEL **SHERATON** CENTRO HISTÓRICO

¿Qué es lo más sexy que te pasó en el 2004? Aunque suene raro, me resultó muy sexy hacer el papel de la monja que interpreto en la obra.

Debe haber algo más sexy que eso, tú proyectas una imagen muy sensual. Nunca he buscado la imagen sexy que tengo. Te lo juro, yo no ando en falditas en mi casa, pero ahora que lo pienso... cuando mi novio me empezó a enseñar ropa interior en Internet y un día me la compró. Fue mágico, una experiencia muy cachonda para los dos.

¿Cómo es tu ropa interior? Me gusta la de algodón. Nada de ositos, que sea lisa, sobre todo si es color carne, aunque también uso mucho el blanco y el negro. Me pongo chones rojos, pero sólo en año nuevo porque usarlos el resto del año me parece corriente.

¿Cuál es la parte más sensible de tu cuerpo? Mi piel es muy sensible, pero en especial el cuello; mis brazos también tienen cierta sensibilidad. Con decirte que la tela sintética me saca puntitos rojos, pero lo que más me gusta es mi estatura; me encanta ser alta.

Las mujeres altas tienen más éxito. Eso es lo que todos piensan, pero en realidad las mujeres bajitas son más suertudas con los hombres, y dicen que son las que tienen mejor sexo.

¿Cómo describirías tu sexualidad en una palabra? Amor.

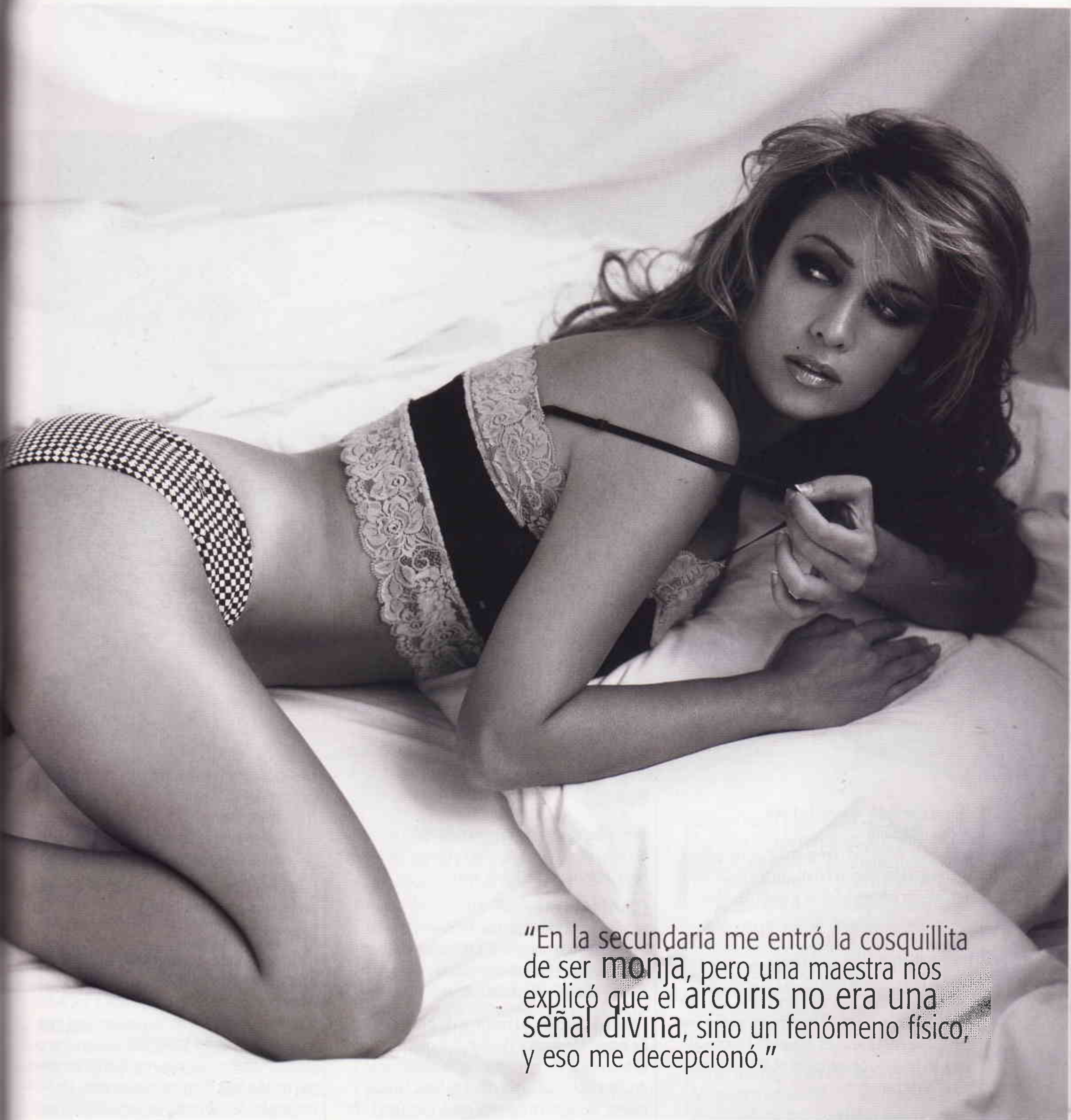
¿Sexo sin amor o amor sin sexo? Amor sin sexo. Algo que no me gusta es la manera como nos educan para que las mujeres seamos más sentimentales y los hombres más sexuales. Es como si nos enseñaran a ser opuestos, y creo que por eso hay tantos gays y lesbianas en el mundo. Por cierto que los respeto mucho, tengo varios amigos que son así y los adoro.





TRAJE DE BAÑO EN V DE LOUIS VUITTON, ZAPATOS DE OV2, COLLAR DE HELGUERA





TOP DE LA COUPOLE Y BIKINI DE MISS SIXTY



¿Alguna fantasía que se te haya hecho realidad?
Estar en la intimidad con el amor de mi vida. Siempre quise tener un contacto físico con él, más allá de un beso. Sabes a qué me refiero, ¿no?

No, explícanos.
Lo que pasa es que para mí la intimidad representa mucho más que sólo tener sexo. Significa erotismo, amor, y eso es justamente lo que vivo con mi pareja. El sexo es una parte importantísima en mi vida, ocupa como el 40% de una relación de pareja.

¿Tan poquito? (risas)
Es que no todo en la vida es sexo. Yo creo en el compromiso, en el amor y en la lealtad. Siempre he sido fiel, hasta ahora. Digo "hasta ahora", porque nunca se sabe.

¿Te gustan las películas pornográficas?
Las detesto, jamás he visto una completa. Algunas veces he tenido que quedarme en moteles, entonces prendo la tele y veo cachitos, pero no me gustan nada. No me genera respeto que dos extraños, que no se aman, tengan sexo. Me gusta el erotismo, no la pornografía.

Pero puede ser una experiencia erótica...
No me parece que sea erótico, porque para que haya erotismo debe haber amor.

¿Cómo es tu cita ideal?
Se me antoja el frío porque se me hace una atmósfera muy romántica. Me fascina estar en una cabañita, teniendo una plática amena, con música suave y una botella de vino.

¿Podrías describir tu manera de besar?
Es suave. Me gusta ir de menos a más, haciendo el beso cada vez más intenso. Es sumamente desagradable que un hombre te bese bruscamente. Recuerdo mi primer beso, fue cuando yo tenía 14 años con un novio con el que duré una hora. Lo terminé así de rápido porque me dio asco su manera de besar, yo era una niña y él un hombre. Se vio muy atrabancado.

¿Cuál es el lugar más extraño en el que has hecho una travesura íntima?
En una alberca.

¿Qué debe hacer un hombre para que te fijes en él?
Primero, que se anime a acercarse a mí. A los hombres les dan miedo las mujeres que estamos en este medio, tal vez porque piensan que somos frívolas o que sólo nos fijamos en gente con mucha lana. Y no necesariamente. Un hombre seguro de sí mismo me llama mucho más la atención, aunque fíjate que nunca he sido de salir sola a antros; sólo lo he hecho tres o cuatro veces en mi vida. Soy más de jugar cartas con los amigos, ir a la playa y estar con mi novio.



Físicamente, ¿qué te atrae de un hombre?
Las manos. Yo sé que todas dicen lo mismo, pero en mi caso es real; siempre me fijo en eso, me gustan las manos varoniles, grandes, pachoncitas. Lo que no me gusta son las manos chiquitas.

¿Cómo te gustaría ser recordada?
Como una mujer que vivió a su manera, haciendo las cosas en las que creyó y sin hacerle daño a nadie.

¿A quién admiras?
A mi madre, con toda la fuerza de mi corazón. Es una mujer que nos sacó adelante a mi hermana y a mí, pues quedó viuda a los 29 años siendo ama de casa y sin haber trabajado, pero eso no impidió que luchara por nosotras sin dejar de ser cariñosísima.
Nos atendió toda la vida y para mí representa el mejor ejemplo del mundo.

¿Con qué personaje te identificas?
Con Juana de Arco. Me llama la atención su historia, me gusta ver las películas que tratan sobre ella, así como la mezcla de personaje histórico y leyenda, su personalidad mística y el mensaje que transmite. Me encantaría hacer ese papel. Yo soy católica y en la secundaria me entró la cosquillita de ser monja, pero un día una maestra nos explicó que el arcoiris no era una señal divina, sino un fenómeno físico, y eso me decepcionó mucho.

Qué prefieres, ¿actuar, conducir o modelar?
Conducir y actuar es como el amor que se le tiene al padre y a la madre: un amor dual, son cariños distintos. No me gustaría tener que escoger.

¿Cómo haces para hablar de la vida de los famosos sin ser entrometida o irrespetuosa?
Tengo el privilegio de estar en la mejor posición porque formo parte del medio del que hablo. Estoy en sus zapatos y entiendo hasta qué punto puedo meterme en la vida de un famoso, aunque siempre hay gente que se presta para que se hable más de ella, dado que son personas que se dedican a ventilar sus vidas públicamente y las tenemos identificadas. El secreto es ser fino y muy respetuoso.

Algún mensaje para los lectores de H?
Me gusta mucho esta revista; mi novio siempre la compra y yo se la robo, me encantan los artículos y el formato, el cual es muy interesante porque es cachondo, pero no pornográfico. Además, las fotos son muy finas. ¡Sigan leyendo **H para hombres!** H



Nombre:
Anette Michel Carrillo.
Ciudad de nacimiento:
Guadalajara Jal.
Medidas: 98, 69,100.
Estatura: 1.74 m.
Ciudad favorita:
París, porque es muy romántica.
Comida favorita:
Tacos dorados de pollo.
¿Desnuda o en pijama?
En pijama.
Placer culpable: Cigarro.
¿En la cama o en la regadera?
En las dos.
¿Con luz o sin luz? De las dos.
¿Con música o sin música?
De Todo.
¿Hablando o en silencio?
De las dos.

"Yo creo en el compromiso, en el amor y en la lealtad. Siempre he sido fiel, hasta ahora. Digo 'hasta ahora', porque nunca se sabe."

CORSÉ DE LA COUPOLE, BIKINI DE MISS SIXTY Y ARETES DE HELGUERA



De sangre californiana, tapatía, francesa, italiana y estadounidense, Anette Michel ha destacado en el medio artístico no únicamente por su belleza, sino también por un talento único que ha demostrado desde la primera obra donde actuó: *Qué lío con las petacas* (1997), y en las telenovelas donde ha participado: *Al norte del corazón* (1997), *Cuando seas mía* (2001) y otras más. Ha sido conductora de *Hollywood DF* en Telemundo (1996) y de *Tempranito* en TV Azteca desde hace siete años. Próximamente protagonizará una serie de televisión.

Por Gianfranco de Cesco
gdecesco@notmusa.com.mx

Alfa Romeo Crosswagon 05

CUATRO BRINCOS DE ALEGRÍA

Estamos en medio de un gran caos vial, como siempre, y nuestra mente hace un gran esfuerzo por distraerse del depresivo y caótico entorno. Vemos hacia afuera y la situación no mejora nada.



Una infinidad de letreros, gráficamente violentos, nos recuerdan todos los límites y negativas que debemos afrontar con nuestro auto. Límites de velocidad, vueltas prohibidas, no estacionarse; parece que todo está a favor de que perdamos el gusto por manejar, así como el placer atávico de gozar de un buen auto y una placentera carretera.

→ El campo, una nueva posibilidad

En una situación así de hostil, el único remedio para encontrar nuevamente estas emociones, casi olvidadas, resulta muy obvio: el campo. Estas maravillosas e interminables redes de carreteras de asfalto y terracería pueden, todavía, iluminar con una sonrisa nuestra triste expresión de ciudadanos arrepentidos. Esta forma de pensar ha influido, en forma muy radical, a los nuevos estándares de construcción de los autos. La versatilidad es el concepto más novedoso que impera en el mundo automotriz.

→ Alfa Romeo Crosswagon Q4

Ustedes, amables lectores, ya conocen la silueta inconfundible del SportWagon, un auto que ha logrado revolucionar los conceptos del auto familiar, quitándole todos los detalles aburridos y dejando el 100% de diversión. En esta ocasión es un placer presentarles el nuevo Crosswagon de Alfa Romeo con su nuevo, e inédito, sistema de tracción integral. La firma italiana había desarrollado hace 15 años un auto de doble tracción, pero los resultados fueron tan malos, que la producción del 164Q (así se llamaba aquel desafortunado modelo) expiró en un lapso de tiempo muy corto. En este caso, sin embargo, podemos afirmar que el resultado es excelente y que el Crosswagon Q4 es un gran ejemplo de cómo debería ser un auto contemporáneo que pueda desempeñarse en todos los terrenos.

→ El corazón del Q4, la tracción integral electrónica

Aquí se encuentra el punto de mayor interés del Q4, constituido









Ficha técnica

- DESPLAZAMIENTO MOTOR: 1,900 cc Turbodiesel
- NO. DE CILINDROS: 4
- NO. DE VÁLVULAS POR CILINDROS: 4
- POTENCIA MÁXIMA: 150 hp a 4,000 rpm
- TORQUE: 130/4,000 libras-pie/rpm
- TRACCIÓN INTEGRAL: Permanente
- TIPO: Manual
- NO. DE VELOCIDADES: 6
- FRENOS: Discos en las cuatro ruedas; los delanteros, ventilados
- LLANTAS: 225/R17 Pirelli Skorpion STR

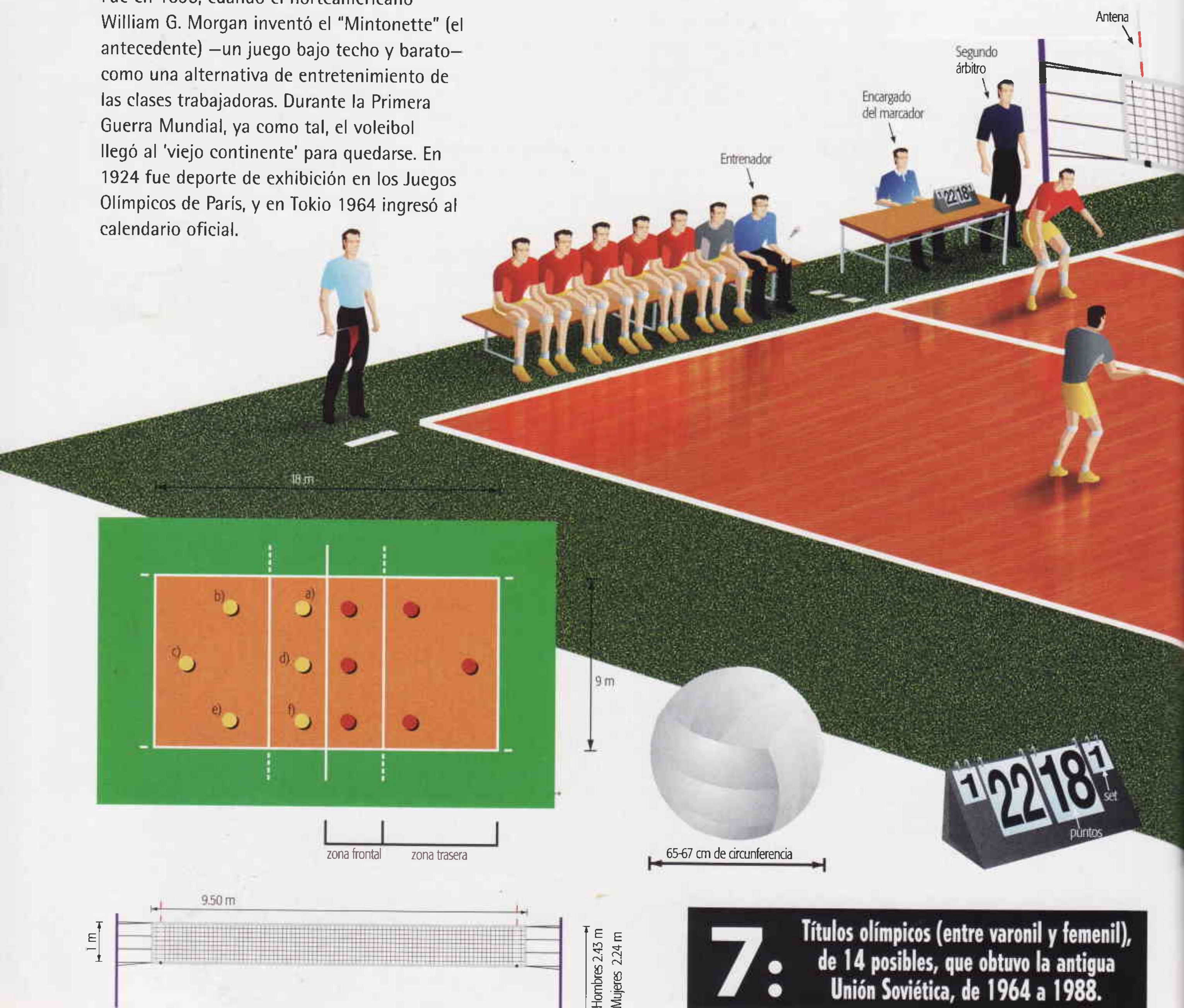
por el Sistema Torsen C, que reparte la transmisión 58% en la parte trasera y 42% en la parte delantera. Este pequeño gran detalle lo regresa a la antigua tradición de la marca italiana por ofrecer en todos los autos la tracción trasera que permite un manejo muy divertido. La cola del vehículo es muy propensa a pequeños derrapes, especialmente en terracería, situación que se corrige con el sistema central Torsen C. En la exacta trayectoria del Q4 interviene también el control electrónico de la tracción —que en casa FIAT es VDC—, el cual limita el patinaje de llantas, interviniendo en la alimentación y en los frenos. Lamentablemente, el Q4 ofrece solamente un tipo de propulsor: el 1900 turbodiesel multijet con 150 hp. En Europa el uso del motor diesel se ha difundido tanto que de cada tres autos vendidos, dos están dotados con este tipo de motor. Eso se debe a su gran capacidad económica (el diesel cuesta menos que la gasolina y rinde más kilómetros) y a su menor costo de manutención. En México es relativamente fácil encontrar el diesel, pero hasta ahora su difusión se ha limitado a los vehículos de transporte medio-pesado. Creo que en un futuro, relativamente próximo, mercados importantes, como el mexicano, permitirán una mayor difusión de los autos diesel, que paulatinamente están conquistando a los usuarios de todo el mundo. H

¡No la pierdas de vista!

LA VERTIGINOSA VELOCIDAD DE ESTE DEPORTE TE OBLIGA A NO PERDER DE VISTA LA PELOTA

Por Samuel Vargas

Inventado en Estados Unidos, pero adoptado por el resto del mundo, el voleibol se ha convertido en un espectáculo con la dosis perfecta de emoción, estrategia y despliegue atlético, en un formato sencillo, que lo hace entendible a todo público. Fue en 1895, cuando el norteamericano William G. Morgan inventó el "Mintonette" (el antecedente) —un juego bajo techo y barato— como una alternativa de entretenimiento de las clases trabajadoras. Durante la Primera Guerra Mundial, ya como tal, el voleibol llegó al 'viejo continente' para quedarse. En 1924 fue deporte de exhibición en los Juegos Olímpicos de París, y en Tokio 1964 ingresó al calendario oficial.



7: Títulos olímpicos (entre varonil y femenil), de 14 posibles, que obtuvo la antigua Unión Soviética, de 1964 a 1988.

→ EL JUEGO

1

Consta de dos equipos de seis integrantes cada uno (sin contar a las reservas), cuyo objetivo principal es hacer pasar la pelota por encima de la red para realizar un tanto y tener el derecho a sacar. La escuadra que gane 25 puntos obtiene el set (15 en el quinto) y los partidos son a ganar tres de cinco sets. Un tanto comienza con el servicio realizado desde uno de los extremos de la cancha y finaliza cuando el balón hace contacto con la superficie, sale del terreno de juego o es devuelto de manera ilegal. Cada equipo puede tocar el balón un máximo de tres ocasiones, antes de enviarlo hacia el otro lado de la cancha. Una vez que algún jugador ha tocado la pelota, no puede volver a hacerlo hasta que otro compañero haga contacto. El balón debe ser golpeado, no sujetado ni lanzado.

→ POSICIONES

4

a) Atacante de poder: Por lo general es el mejor rematador del equipo y es quien trata de definir los puntos.

b) Zaguero izquierdo: Su mayor potencial debe estar en la capacidad para fildear los remates del oponente.

c) Zaguero central: Quizá sea el mejor de los fildeadores, ya que abarca más terreno. Se encarga tanto de contener remates, como de levantar aquellas bolas que van a la zona media de la cancha.

d) Centro: Su función principal es bloquear los remates de los adversarios, labor en la cual debe ser especialista.

e) Zaguero derecho: Al igual que su compañero del lado izquierdo debe ser un buen fildeador, además de que en ocasiones también se encarga de rematar.

f) Pasador: Es el acomodador del equipo y quien prepara el ataque, al decidir a quién le cede el balón para que éste sea rematado.



→ EL JUGADOR

2

La característica principal de estos deportistas radica en su agilidad (velocidad y reflejos) para atacar las pelotas, así como un juego de piernas que permita los rápidos desplazamientos, dependiendo de la jugada. Aunque hay posiciones que definen el trabajo de cada uno de los integrantes, todos los jugadores deben tener la capacidad para realizar un buen saque, fildeo y remate, elementos básicos de esta disciplina. La altura también es un factor fundamental y prueba de ello es que el promedio de estatura de un jugador de voleibol es de 1.93 m en los hombres y de 1.83 en las mujeres.

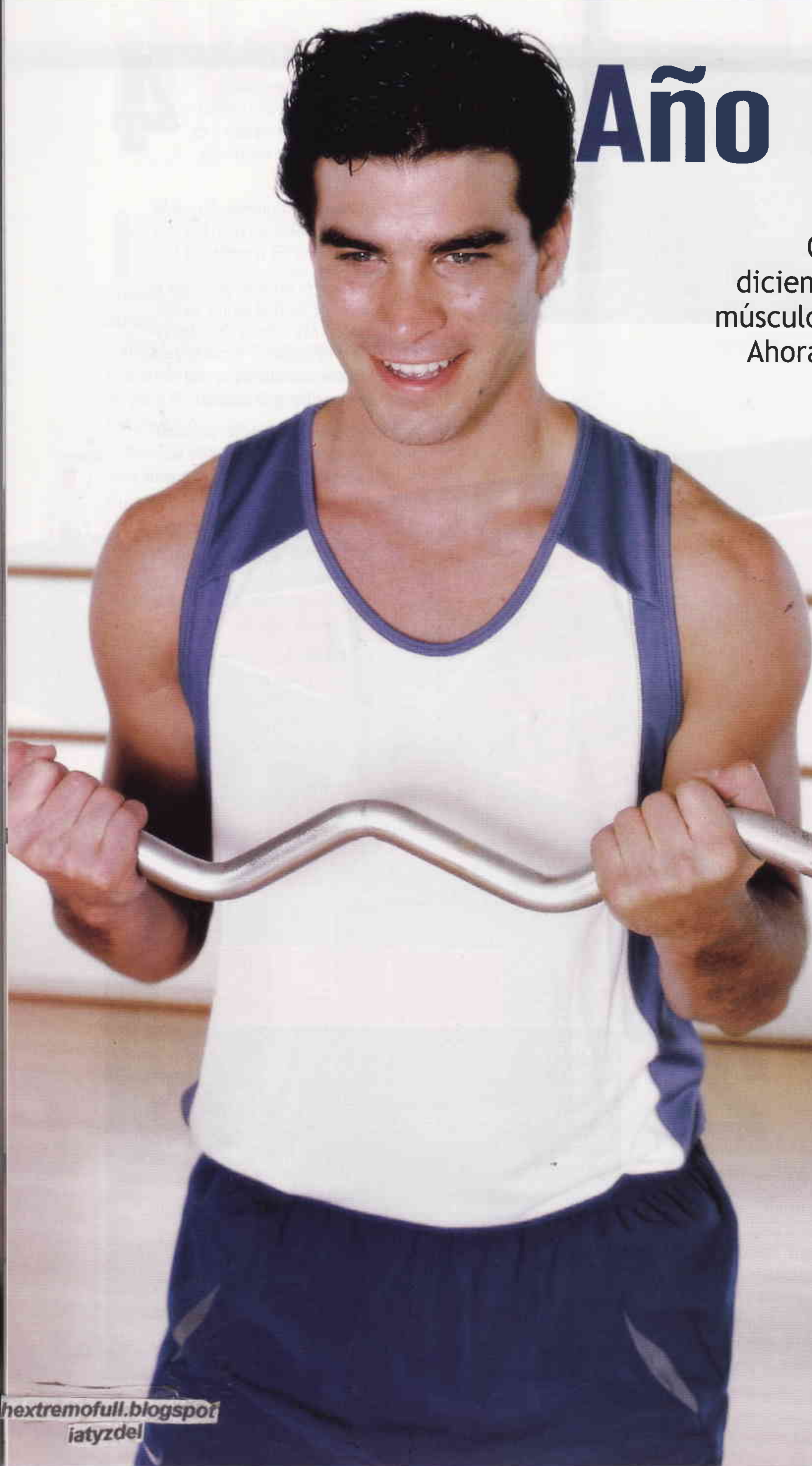
→ VOLEIBOL DE PLAYA

3

Inició como un mero pasatiempo vacacional y hoy en día ha tomado gran fuerza entre los amantes de este deporte, ya que, además de proporcionar un bronceado completo, el desgaste es mucho mayor que la modalidad de salón, aunque también es cierto que los puntos son más cortos. Río de Janeiro se ha proclamado, de alguna forma, como la capital mundial de este deporte, que, aunque fue creado desde hace más de 50 años, ha sido apenas en los últimos 10 que su popularidad ha crecido de manera exponencial desde que se incluyó en el calendario olímpico, en Atlanta 1996. Por si esto fuera poco, la oportunidad de admirar los cuerpos esculturales de chicas bañadas por el sol, que nos da el voleibol de playa, es única.

Año nuevo,

Con las intensas fiestas de diciembre acabaste con el poco músculo que habías desarrollado. Ahora tienes que ayudarle a tu cuerpo a recuperarse. ¡Pon mucha atención!



CUERPO... acabado

Por Christian Lefranc

Ya es hora de "ponerse las pilas" y arrepentirse por todos los excesos a los que sometemos a nuestro organismo en las pasadas fiestas decembrinas. Lo bueno es que estamos estrenando año y eso es un buen pretexto para clavarse de lleno en el ejercicio. Lo más recomendable es que te inscribas a un gimnasio; procura tener mucha determinación, persistencia y paciencia para que no renuncies a este saludable estilo de vida.

Si quieres ver resultados a corto plazo, los circuitos son la mejor opción, pues éstos consisten en ejercitar todos los grupos musculares en una misma sesión.



Haz 15 repeticiones por cada ejercicio en forma rotativa, regresando al punto de inicio cuatro veces:

- → **Pecho:** Bench press con barra.
- → **Espalda:** Polea dorsal al pecho.
- → **Hombro:** Empuje con mancuerna.
- → **Bíceps:** Barra "z" y curl alternado con mancuernas.
- → **Tríceps:** Extensiones con polea y copa tras nuca.
- → **Piernas:** Desplantes con mancuerna y sentadillas con barra.
- → **Pantorrillas:** Extensiones en máquina, parado o sentado.
- → **Abdomen:** Crunches.

Los básicos:

1 Calienta unos 15 min., una buena opción es usar la caminadora.

2 Después de calentar, estira siempre todos los músculos.

3 Un error es querer cargar mucho peso, pues nos lleva a hacer mal el ejercicio.

4 Durante el ejercicio respira constantemente, descansa por unos 20 segundos después de cada serie.

5 Si eres principiante, haz el circuito tres veces por semana; si eres avanzado, cinco veces, esto durante un mes.

10 TIPS PARA ESCOGER GIMNASIO

1. Ubicación: Fíjate que esté cerca de tu casa o trabajo.
2. Staff: Los instructores deben tener certificados otorgados por organizaciones nacionales reconocidas, por ejemplo: Federación Mexicana de Fisicoconstructivismo y Fitness.
3. Horario: Checa bien si el gym está abierto a la hora que lo requieres.
4. Pagos: Escoge el que más se acomode a tu presupuesto, regularmente se paga una cuota mensual. Pregunta si hay pago de inscripción o anual, y si se necesita pagar por algún servicio extra, como toallas, casilleros, etc.
5. Reputación: Pregúntale a los miembros acerca de su experiencia en ese gym y saca tus propias conclusiones.
6. Volumen de miembros: Este factor es imprescindible al escoger un gym, porque si está muy lleno tendrás que esperar a que se desocupe algún aparato, y lo más seguro es que pronto te hartes de eso.
7. Ambiente: ¿La persona que está a tu derecha o izquierda es agradable y limpia? ¿Se la pasa gritando, azotando las pesas en el piso y no recoge su equipo? Tú quieres sentirte confortable, apreciado y motivado, y necesitas concentrarte en el ejercicio. Un buen gimnasio debe hacerte sentir como si estuvieras en un refugio donde puedes acabar con el estrés diario mediante el ejercicio.
8. Equipo: Fíjate que haya variedad en los aparatos y que éstos sean de buena calidad, funcionales y que estén en buen estado.
9. Baño y regaderas: Siempre tienen que estar limpios y en buenas condiciones. Pregunta si le ponen a las regaderas, vapor o sauna algún producto químico para eliminar hongos y bacterias; no te vaya a salir alguna clase de "champiñón" en los pies.
10. Pon atención en los siguientes detalles: ¿Está limpio?, ¿la música te agrada? Checa si la mayoría de los aparatos están en buen estado.





Todo lo que necesitas saber de telas

Y TEMÍAS PREGUNTAR

Por Lucy Lara

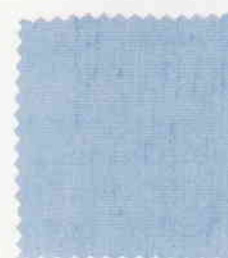
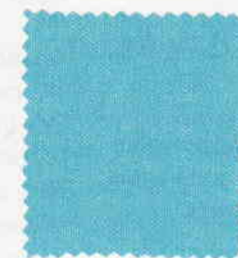
Un hombre no puede considerarse bien vestido si su ropa no coincide con el clima y la formalidad de cada ocasión, pero con tantos materiales disponibles es imposible adivinar cuál es el indicado. Así que no lo dejes más a la imaginación y entérate de su etiqueta.

Las reglas en la moda comparten los principios de los modales en la mesa: están basados en lo que es más práctico; sin embargo, poca gente las conoce y maneja con destreza. Así que siéntete afortunado, porque saber de telas va a ser una herramienta indispensable para vestirte apropiadamente.





15: número de kilos de lana que puede llegar a producir una oveja anualmente.






70: número de kilos de capullos que se requieren para poder hilvanar 6 kilos de seda cruda.






A. NATURALES

Materiales cuya fibra es producto de la naturaleza; son las más finas y caras, pero requieren cuidados especiales.

1. Lana

→ **Características:**
Esta fibra proviene del borrego, y puede tener diferentes texturas y presentar diversos espesores. Le permite respirar al cuerpo, no se arruga con facilidad y es muy durable.

→ **Cuidado:**
Debe lavarse en seco, pues se puede encoger si se lava en casa.

→ **Ideal para:**
Confeccionar trajes o suéteres, aunque se puede encontrar en playeras o pijamas.

→ **Cuándo ponértela:**
Está asociada al otoño-invierno porque hace que el cuerpo se mantenga caliente. Un pantalón y un suéter de lana lucen elegantes sin llegar a ser demasiado formales. Los trajes, las chamarras así como los abrigos, deben reservarse para el frío.

→ **El gran error:**
Usarla en un lugar cálido.

→ **El gran acierto:**
Ponerte varias prendas de lana, una sobre otra, cuando quieras evitar sentir frío.

2. Algodón

→ **Características:**
Proviene de una planta del mismo nombre y puede encontrarse en diversas texturas, desde una gabardina satinada, hasta la áspera mezclilla. Su grosor también varía, es térmico, permite que el cuerpo respire y no es caro. Existe una versión de algodón invernal conocida como pana que funciona bien para el frío.

→ **Cuidado:**
Si no está pre-lavado presenta encogimiento. Por lo tanto, hay que lavarlo con agua templada o fría, lo cual conservará su color.

→ **Ideal para:** Ropa casual como jeans, playeras, suéteres, camisas

y pantalones de gabardina, pero también con una tela de algodón peinado o satinado puedes lucir apropiadamente un traje de verano o una camisa para tu traje formal.

→ **Cuándo ponértelo:**
Es fantástico para el calor, pues permite la respiración del cuerpo y es fresco.

→ **El gran error:**
Un pantalón y suéter de algodón en plena nevada.

→ **El gran acierto:**
Ponerte un traje de algodón claro con una playera para asistir a una comida y lucir semiformal.

3. Seda

→ **Características:**
Esta fibra (producto de los gusanos de seda), por su suave textura, se ha convertido en favorita de todos. Su aspecto puede variar desde la superficie rústica de la seda salvaje hasta la lustrosa seda italiana. Es térmica, pero se arruga fácilmente.

→ **Cuidado:**
El problema de la seda es que no debe mojarse, pues guarda la humedad y se daña si no se lava en seco (a menos que la etiqueta indique lo contrario). También tiende a decolorarse al contacto con el sol.

→ **Ideal para:**
Trajes, suéteres y camisas.
Cuándo ponértela: Se usa en ropa interior térmica porque conserva el calor y deja respirar al cuerpo al mismo tiempo, pero, en general, se utiliza para ropa de vestir que se ve fina. Una cita, una junta importante, un bautizo o, simplemente, querer verte elegante son un buen pretexto para usarla.

→ **El gran error:**
Ponerte una camisa de seda con corbata.

→ **El gran acierto:**
Vestir un traje de seda mate en negro y una corbata del mismo material en versión lustrosa.

4. Lino

→ **Características:**
Esta fibra se extrae de una planta; su textura es un poco áspera y suele arrugarse con facilidad. Es sumamente fresco, deja al cuerpo respirar, pero representa un lujo porque requiere siempre de tintorería y plancha.

→ **Cuidado:**
Se reconoce por sus arrugas, pero cuando está demasiado plegado, el aspecto es desaliñado, por ello es importante que la prenda vaya a una buena tintorería y que la planchen con almidón.

→ **Ideal para:**
Trajes y camisas que quieras lucir en la playa o un lugar cuyo clima sea muy cálido.

→ **Cuándo ponértelo:**
Un desayuno, un bautizo a medio día en verano o, incluso, en bodas en la playa.

→ **El gran error:**
Ponerse una prenda de lino en clima frío.

→ **El gran acierto:**
Aprovechar que se ve elegante y relajado para cuando quieras lucir casual.









B. HECHAS POR EL HOMBRE

Materiales cuya fibra es producto de la mano del hombre; no se puede competir con la naturaleza, pero también son de buena calidad.

1. Rayón

Está elaborado con celulosa y puede imitar la textura de la lana, el algodón o la seda. Sin embargo, no permite que el cuerpo respire bien y le suelen salir bolitas con el uso o la fricción. Las prendas confeccionadas con este material requieren ser lavadas en seco.

Puedes llevar el rayón delgado para la primavera-verano y cuando su aspecto es abrigador, resérvalo para el otoño-invierno, pero recuerda que no es una tela que realmente abrigue y en el calor puede hacerte sudar.

Un traje luce mejor si está mezclado con rayón, en lugar de ser exclusivamente de esa fibra. Su brillo siempre agrega lujo a la prenda, entre tanto, las camisas de este material se manchan fácilmente de sudor y se arrugan mucho.

2. Poliéster

Este material es sintético y resulta más económico. Puede lavarse en casa, a menos que su etiqueta diga lo contrario. El problema es que no deja respirar bien al cuerpo y tampoco mantiene una buena temperatura para él. Sin embargo, funciona perfecto cuando se mezcla con el algodón, pues evita las arrugas. Debes tener cuidado de no usar prendas 100% poliéster, pues lucen baratas y no son nada cómodas.

3. Lycra

Su capacidad elástica la hace muy cómoda para hacer ejercicio o moverse con facilidad. La lycra siempre se encuentra mezclada con el propósito de que no se arrugue la otra tela y tenga más flexibilidad, pero cuidado, porque en exceso te dejaría luciendo inapropiado en cualquier otro lugar que no sea el gimnasio. Una prenda ligeramente ceñida siempre es más elegante que una pegadísima. H



MARITHE FRANCOIS G.



DIESEL



DIESEL

Estilos

Foto: Isabel Kasuga

colores

Por Eduardo Pérezrivera



CAMISETAS DE BOY LONDON



PEPE JEANS



TOMMY HILFIGER





.BOTAS inagotables

Para que nunca las sueltes.

Por Eduardo Pérezrivera



BOTAS EN PIEL DE KENNETH COLE, JEANS DE D&G DOLCE GABBANA PARA ADRIANO'S, CHAMARRA DE ROCÍO VALENCIA Y Co., PULSERAS DE KENNETH COLE Y COLLAR DE GUESS

Fotografía: **Martin Traynor** Coordinación de moda: **Eduardo Pérezrivera** Maquillaje: **Ethel Zaba** Producción: **Verania Pérez**

BOTAS VAQUERAS DE RUDEL, JEANS DE GFF GIANFRANCO FERRE PARA ADRIANO'S, CINTURÓN DE H&M, CAMISA DE SEDA DE JUST CAVALLI Y CADENAS DE LOB

BOTAS EN PIEL DE ZARA, CALCETAS DE SPRINGFIELD, PANTALÓN DE ENERGIE PA[illegible] KULTE, PLAYERA DE MOSCHINO PARA ADRIANO'S, GUANTES EN PIEL DE JUST CAVALLI Y PULSERA DE GUESS



BOTAS DEPORTIVAS DE ADIDAS, PLAYERA CON MULTIBOLSILLOS DE MOSCHINO PARA ADRIANO'S, MUÑEQUERA DE ADIDAS, ANILLO DE NIKE Y CADENA CON PLACAS DE H&M

BOTAS DEPORTIVAS DE CONVERSE, CALCETAS DE SPRINGFIELD, PANTALÓN DE ROCÍO VALENCIA Y Co., CAMISA BURN N'VIOLET PARA KULTE Y SACO DE GAP



BOTAS EN PIEL DE ZARA, CALCETAS DE NIKE, JEANS GRAFITEADOS DE JUST CAVALLI PARA ADRIANO'S Y CAMISA DE D&G DOLCE GABBANA PARA ADRIANO'S



ÉL: CAMISA EN SATÍN CON APLICACIONES DE CONEJO Y CRISTALES DE ZUAROWSQUI DE ROCÍO VALENCIA & CO., Y DIJE CON CRISTALES DE H&M
ELLA: TOP EN PIEL DE CONEJO CON AJUSTES LATERALES DE ROCÍO VALENCIA & CO.

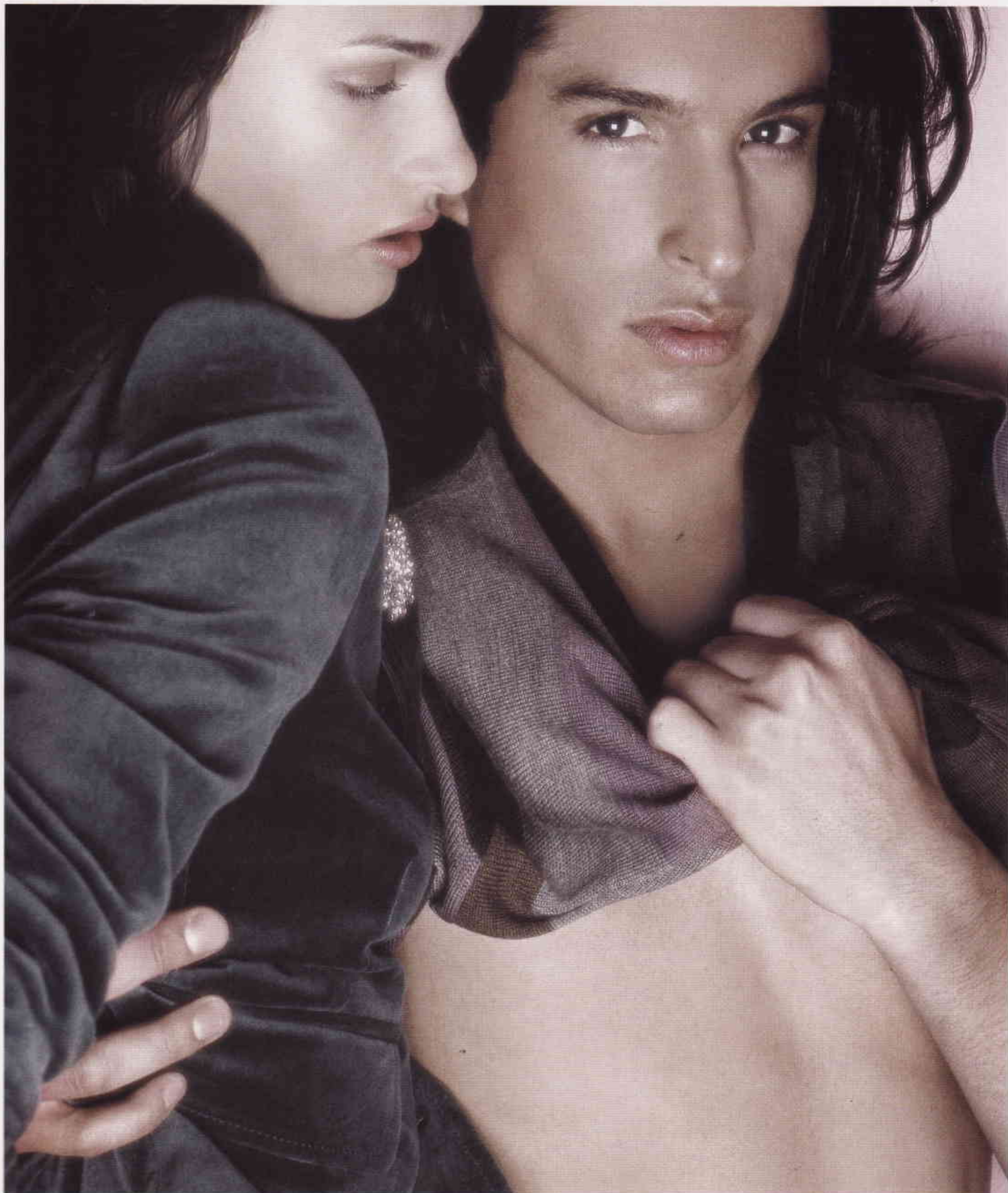
Ropas abrigadoras con detalles increíbles de mucho estilo serán las más aclamadas por ti y por tu nena este invierno. No dudes en tenerlas, porque se las puedes quitar poco a poco.



ÉL: ABRIGO EN SATÍN BROCADO CON SOLAPAS DE PELO DE ROCÍO VALENCIA & CO.
ELLA: ESTOLA EN PIEL DE CONEJO DE EMPORIO ARMANI

Prendas ardientes

Fotografía **Martín Traynor** Coordinación de moda **Eduardo Pérezrivera** Maquillaje **Ethel Zaba** Producción **Verania Pérez**



ÉL: SUÉTER RAYADO EN LANA
DE CLUB MÓNACO
ELLA: SACO EN TERCIOPELO DE
ZARA Y BROCHE DE MASSIMO DUTTI



ÉL: CHAMARRA TIPO MAO EN ALGODÓN DE ROCÍO VALENCIA & CO.
ELLA: CHAMARRA EN PIEL METALIZADA DE ARMANI JEANS



ÉL: CHAMARRA DE LANA Y PIEL GRABADA DE ROCÍO VALENCIA & CO. Y PULSERA DE KENNETH COLE
ELLA: FAJA EN PIEL DE GUCCI VINTAGE Y ESTOLA DE CONEJO DE IZOD VINTAGE



ÉL: SUÉTER EN CASHMIR Y SEDA DE MASSIMO DUTTI Y RELOJ CON EXTENSIBLE DE CHAROL DE EMPORIO ARMANI
ELLA: SUÉTER DE LANA CON ESTOLA DE PIEL DE CABRA DE EMPORIO ARMANI

Sensua

Fotografía: **Iván Belaustegui**
Coordinación de moda: **Eduardo Pérezrivera**
Maquillaje: **Alex López**
Producción: **Carlos Magaña**

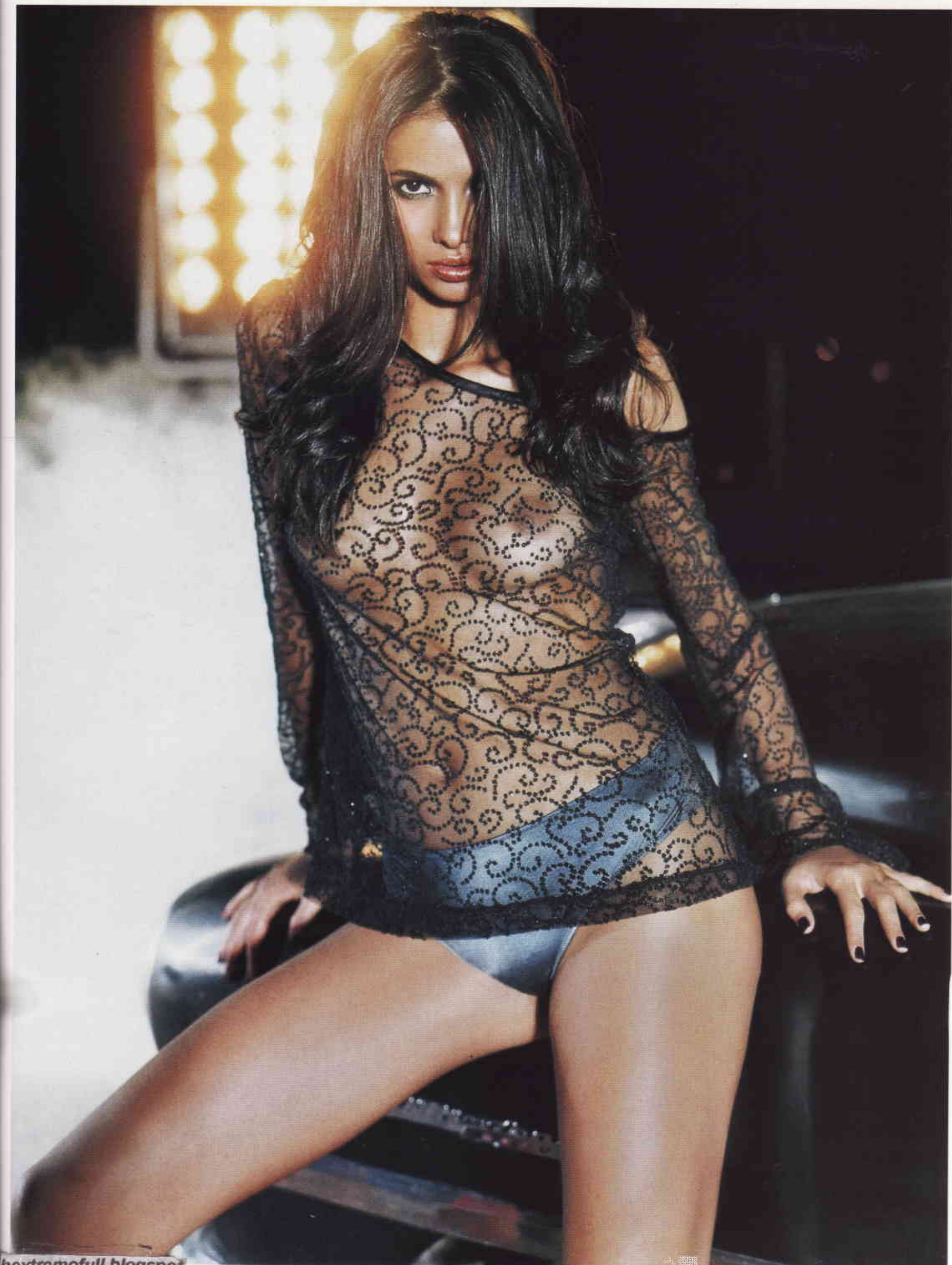
lidad
sobre ruedas

Existen ciertos detalles en una mujer por los que nunca la vas a poder olvidar, por más que quieras. ¡Qué manera de comenzar el año!

BODY DE HÉCTOR TERRONES, ACCESORIOS DE GUSTAVO HELGUERA Y ZAPATOS DE ZARA



[illegible] M Y ACCESORIOS DE GUSTAVO HELGUERA



BLUSA DE ROCÍO VALENCIA & CO. Y BIKINI DE CALVIN KLEIN



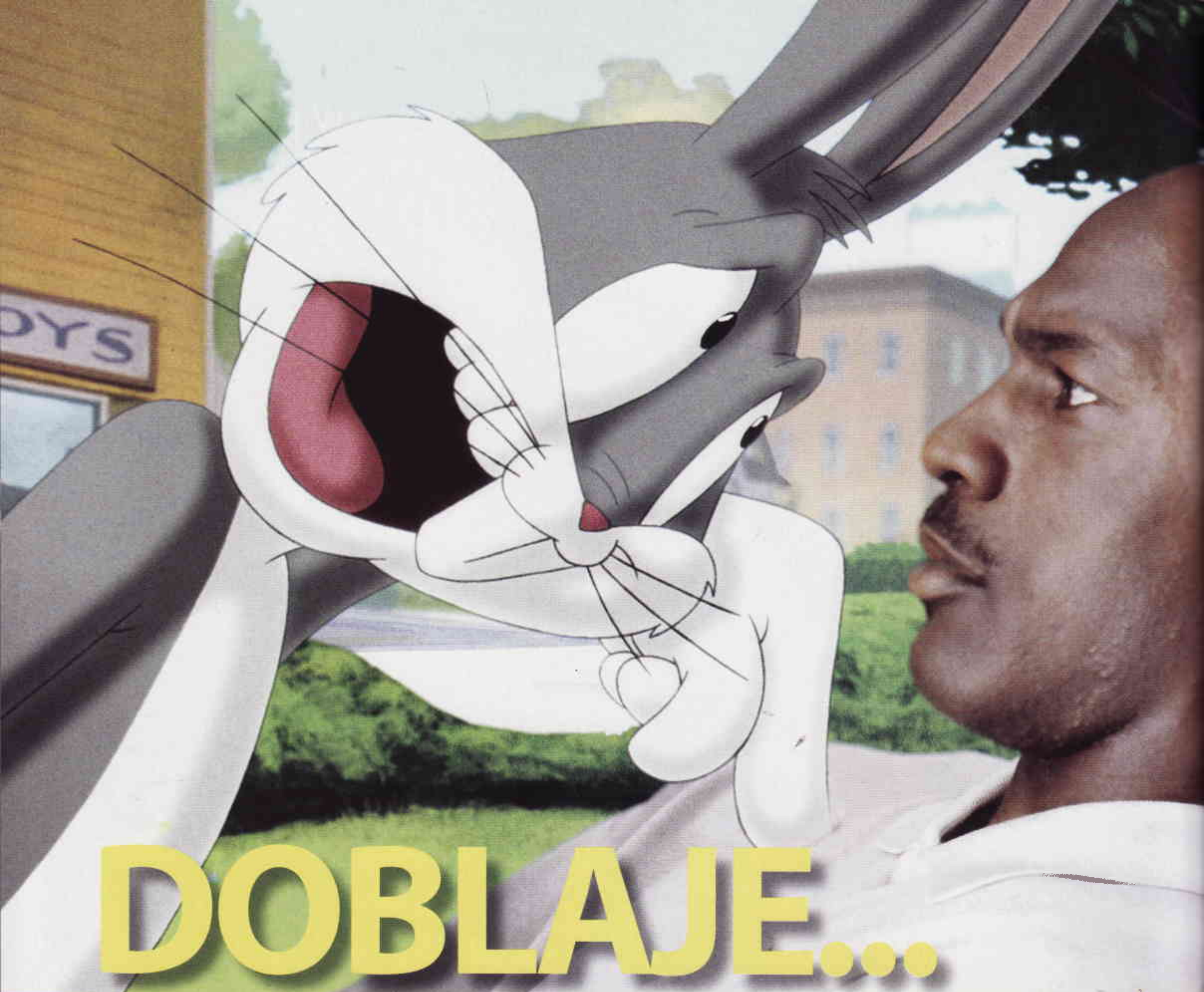


CORSÉ DE HÉCTOR TERRONES, SHORT DE VICKY FORM Y ACCESORIOS DE GUSTAVO HELGUERA



BLUSA DE DKNY, SHORT DE VICKY FORM Y ACCESORIOS DE GUSTAVO HELGUERA





DOBLAJE...

La voz es lo único que i

¿Alguna vez has imaginado cómo es físicamente la persona que presta su voz a una caricatura o a un actor de carne y hueso? Más allá de escuchar una voz, hay gente que defiende al doblaje bien hecho y que denuncia que es un trabajo mal pagado, el cual podría desaparecer próximamente de nuestro país.

Doblaje: Es doblar una voz a determinado idioma, darle vida a un personaje sin saber que hay un actor atrás. Ellos han dedicado años a brindarle magia a las películas, series y caricaturas. El doblaje nació en 1944; la idea surgió de la empresa Metro Goldwyn Mayer, la cual hizo pruebas a locutores y actores de la época, seleccionó las mejores voces y los llevaron a Nueva York. La primera película que se dobló al español fue *Luz que Agoniza* (Gas Light), antes, en 1929 Universal Pictures había hecho un intento por doblar cine "Broadway", pero todo quedó en el olvido.

Posteriormente llegaron a México nuevos consorcios que ponían voz a cintas extranjeras. "Se hizo material de mucha calidad, aquélla fue la mejor época del doblaje en México", asegura Esteban Siller, precursor del doblaje nacional, que ha prestado su voz a importantes personajes como Vladimir de *Anastasia*, un cocinero de



25

palabras equivalen, en promedio, a una paga de 70 a 90 pesos.

mporta

Por José Luis Amador
jamador@notmusa.com.mx

Atlantis, Científico de *El Día Después de Mañana*, el padre de Bella en *La Bella y la Bestia*, Gandalf en *El Señor de los Anillos 1, 2 y 3* para televisión, Doc en *Blanca Nieves* y Gargamel en *Los Pitufos*, entre otros.

El doblaje tomó fuerza en México cuando se comenzaron a doblar importantes series de televisión, como *Cisco Kid*, *Flecha Roja*, *Bonanza*, *El Llanero Solitario*, *Patrulla de Caminos*. Para los años 70, llegaron a nuestro país *Súper Agente 86*, *Los Intocables*, *Perdidos en el Espacio* y otros.

Una película doblada tiene ventajas, como oírla en tu lengua, lo cual encierra términos culturales y coloquiales que te hacen comprensible el material. Desde luego, para lograr esto se debe contar con voces seleccionadas, una buena actuación y dirección: "en la actualidad se hace muy mal doblaje, el cual le puede 'dar en la torre' a una cinta, pero algo bien hecho es mucho más digerible para una persona que no habla el idioma en el que originalmente está hecha", dijo Dulce Guerrero, actriz de doblaje, quien ha prestado su voz a personajes como Fiona de *Shrek 1 y 2*, Anastasia de *Anastasia*, Lola de *El Espanta Tiburones*, Barbie Guía de *Toy Story 2* y otros más.

En lugares como Estados Unidos, para doblar una voz es necesario tener un tono similar al del actor y, en ocasiones, hasta debe existir un parecido físico. "Con ese sistema trabaja el país vecino y no es lo indicado", aseguró Esteban Siller. Pero en México, ¿cómo eligen la voz? "Acudimos cuatro o cinco personas a una prueba que es presentada al cliente, ellos eligen al elenco; el personaje de Shrek no me llegó así, porque ellos buscaban a dos personas que llevaran el peso de la cinta y tenían en la mira a gente como Adal Ramones, Carlos Espejel, Arath de la Torre; hicimos la prueba y les gustó mi voz, pero el problema era que yo no tenía fama, pero al final me escogieron", aseguró Alfonso Obregón, quien dio voz a personajes como Bugs Bunny en *Space Jam*, Silvestre en *Las Aventuras de Silvestre y Piolín*, Gonzo y Animal de los *Muppets*, Pitufo Filósofo de *Los Pitufos* y otras series de TV.









Alfonso Obregón

Shrek: "A no, a la vieja muerta me la bajan de la mesa", o bien, "Vivo en un pantano, les pongo letreros, soy un ogro aterrador. ¿Qué tengo que hacer para conservar mi privacidad?" o "Vamos a arreglarlo con una cerveza, ¿nooo?, si eso quieren, éntrenle", de ***Shrek 1***.

Eugenio Derbez da vida al burro en la película *Shrek* y nos cuenta que la invitación a prestar su voz fue porque "me vieron cualidades (risas); tenía varias ofertas y una de ellas era *Shrek*, estoy muy contento de haber descubierto esta nueva faceta en mi carrera", expresó.



Los actores de doblaje tienen un personaje favorito que les llena de satisfacción. Dulce dice que "por lo divertido y lo que significa, Fiona de *Shrek*, aunque por lo dramático y la calidad como actriz, Charlize Theron en la película *Monster*". Alfonso, por su parte, comenta: "es un reto para mí decir 'no sólo voy a hacerlo, sino lo voy a superar'. El que la gente reconozca y valore tu trabajo no tiene pago". Para Esteban Siller, "J.R de *Dallas*, me enseñó mucho; se dobló en muchos idiomas y, debido a su éxito, harán una nueva versión". Para Eugenio Derbez ,"El burro de *Shrek*, pues nunca imaginé hacer un personaje como éste, que ya es un clásico en los dibujos animados". Pero no todo en el doblaje es felicidad, los actores han enfrentado la desilusión de no ponerle voz a un personaje, como es el caso de Alfonso: "me quedé con las ganas de doblar a Johnny Deep en *Los Piratas del Caribe*"; Dulce, por su parte, "yo quería doblar a Kate Winslet en *Titanic*, hubiera sido una gran satisfacción hacerlo, pues ya lo había hecho en otras películas".

En materia económica, ¿cómo le va a un actor de doblaje?: "se puede vivir dignamente, aunque no son salarios maravillosos, todo depende de la trayectoria, de la forma en que te relacionas y en cómo vendas tu trabajo", aseguró Dulce; Alfonso coincide con Dulce, pero además



Dulce Guerrero

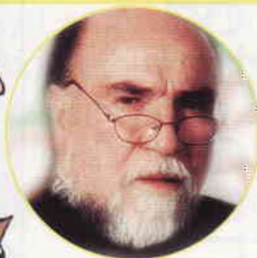


Fiona: "Por favor, al menos dales una oportunidad... ¡No!, sólo quieren darte su bendición", o bien, "yo sí cambié por ti Shrek, ¡piénsalo!", o "No voy a ir... hay un problema, ése no es mi esposo, ¡míralo!... ¿Cambiar?, está completamente enloquecido... del que yo me enamoré es del otro, daría lo que sea por recuperarlo", de ***Shrek 2***.

agregó que hay un tabulador en el que por cada 25 palabras se pagan entre 70 y 90 pesos: "siempre y cuando tengas un llamado al día, estarías ganando, aproximadamente, 2 mil pesos a la semana, en cambio un protagonista llega a cobrar entre cinco mil y seis mil pesos semanales".



Gargamel: "Ayyy, cómo odio a los Pitufos, los atraparé, los atraparé, aunque sea lo último que haga", de ***Los Pitufos***.



Esteban Siller

En la actualidad México tiene más de 100 compañías de doblaje que han bajado los costos, a tal grado que no cuentan con la calidad que un buen doblaje exige: "el doblaje comenzó a deteriorarse por la misma gente que lo hace. Yo cobro 40 mil pesos por cinta, por lo que a la empresa le parece mucho y se va con cualquiera que le ofrezca una cantidad menor", dice Alfonso Obregón, actor que diera vida al famoso ogro verde: Shrek. Asimismo, agrega que "las empresas de doblaje descubrieron Chile, Colombia y Argentina, lo que allá les exigen es hablar sin el acento que les caracteriza, les dicen: 'quiero que hables como hablan en México' y por eso comenzaron a llevar trabajo a Sudamérica".

Audiomaster 3000 es una empresa mexicana pionera del doblaje al español, ellos fueron dueños del 50% de todo lo que se trasmite en televisión, de ese 50% hoy en México sólo se doblan de tres a cinco series, el resto se fue a Chile, Argentina, Venezuela y Colombia, ahí se perdió el 50% de trabajo. El otro 50% lo tiene Disney que, según Alfonso, "es manejado por un tipo complicado, prepotente e hipócrita que tiene problemas con los actores de México", dijo. El 50% que dobla Disney al español, según información de Alfonso, se hace con personas que no son actores: "por ahorrar lana, por no soportar estrellitas, revisa lo que han hecho y te vas a dar cuenta que hay tonos muy raros, ellos están pensando llevar el doblaje a los países del sur de América, de hecho ya están haciendo experimentos y esto no augura otra cosa más que la desaparición del doblaje en México".

Nuestro país cuenta —en gran parte— con doblaje de calidad, pero, ¿qué calificación le dan los actores? "Actualmente por tecnología y razones de desempeño, sé que los franceses y canadienses tienen un gran doblaje, pero México todavía ocupa los primeros cuatro lugares." Alfonso considera que el mejor doblaje se sigue haciendo aquí en México, prueba de ello es *Shrek*, "no porque lo haya hecho yo, sino porque lo dice la crítica y el público", finalizó.

Hacer doblaje es una cuestión de aptitud y de técnica, de la facilidad que cada persona tenga para la sincronía. Se necesitan ganas para ser actor de doblaje, dicen que 'el actor nace, no se hace', pero a la conclusión que llegué es que sí se pueden hacer y también creo que no hay ni buenas, ni malas voces, todo es cuestión de modularlas. ■



Burro: "¡Ah!, oigan, puedo volar, ja, ja, así es tonto, ahora soy un burro que habla y vuela, ¿han visto cómo su dinero vuela?, por Caperucita y la abuela, pero a que nunca han visto cómo un burro vuela, ja, ja, ¡oh, oh!", de ***Shrek 1***.



Eugenio Derbez





Bart Simpson
En el mundo del doblaje es difícil conocer el rostro de la persona que dobla la voz de un personaje, ¿sabes quién da vida al famoso Bart Simpson? Nada menos que una mujer, se trata de la actriz Marina Huerta.

Éntrale al doblaje:
(Escuela de actuación, doblaje y locución)
S.I.G.E.
Córdoba #82-A,
Col. Roma, Cuauhtémoc.
Tel. 8596 7000.

BOCCATI DI CARDENALI: cómic erótico italiano

Por René Téllez
rtellez@notmusa.com.mx













"El sexo es un componente determinante de la cultura. Cuando vives plenamente tu sexualidad rompes con el embrutecimiento social. Y cuando dibujo escenas eróticas no es gratuito; creo que eso expresa una de las dimensiones esenciales del hombre."

Milo Manara



A partir de los años 60 han surgido muchos creadores que han experimentando y buscado nuevas formas de narrar, entre ellos los autores del cómic erótico italiano, quienes han alcanzando gran popularidad y reconocimiento por la maestría de su dibujo y lo original de sus historias. A continuación te presentamos una semblanza de algunos autores representativos.

1 Guido Crepax

Se tituló como arquitecto en la Universidad de Milán, pero su interés se centraba en la ilustración, por lo que realizó carteles publicitarios y portadas de libros y discos, pero no fue sino hasta los años 30 cuando incursionó en el cómic. En 1965 recibió un encargo de la revista Linus: dibujar a *Philipp Rembrandt alias 'Neutron'*; sin embargo, éste se vio eclipsado por un personaje secundario, **Valentina** (inspirada en la estrella de cine mudo Louise Brooks y en su propia esposa), quien se convirtió en la heroína principal de la serie. Esta mujer sofisticada, exhibicionista y con sueños sadomasoquistas protagonizó nueve volúmenes de historias extravagantes. **Su talento para el cómic lo llevó a ilustrar algunos clásicos literarios como *Justine*, del Marqués de Sade, o *Historia de O*, de Pauline Reague.** Su particular forma de interpretar la psicología femenina y sus innovaciones técnicas y narrativas lo llevaron a lo más alto del cómic erótico.

2 Leone Frollo

Este dibujante vive en Venecia desde hace muchos años y forma parte de la generación de los "clásicos". Primero fue arquitecto y luego cineasta; con la llegada de los "pockets" para adultos, a mediados de los años 60, empezó a incursionar en las tiras cómicas. En 1971 concibió a *Lucifera* y posteriormente abandonó a este personaje para darle vida a Biancaneve en *Sexy Favole*. Luego animó *Casino* de 1985 a 1988, cómic que aborda la vida diaria en un burdel lujoso en el París de la Bella Época. En 1988 creó a *Mona Street*, quien encarna el espíritu de los alegres años 20; **Mona** está insuflada por una concepción lúdica de la vida y se pasea con una falsa ingenuidad que le sirve para disfrutar de los placeres carnales. Leone Frollo **es un autor refinado que conjuga los secretos de un buen cómic: dibujos excelentes, humor inteligente y un personaje con gancho.**

3 Milo Manara

En los 70 trabajó en una fábrica de juguetes ayudando a escultores, pues la pintura no le daba suficientes



CARACTERÍSTICAS DEL CÓMIC ERÓTICO

1 Es protagonizado por una heroína hermosa, exuberante y desinhibida sexualmente.

2 Su trama se interesa en elementos excitantes y sensuales.

3 En ocasiones abordan el género policíaco o son sacados de obras literarias clásicas.

4 Algunos ilustradores, de manera velada o abierta, son personajes de sus propias historias.

5 Los caracteres son dibujados con gran maestría y de forma realista.

6 Se le compara con el montaje del cine, que está dispuesto en pequeñas unidades (planos).

7 Rompe tabúes mostrando escenas de sexo explícito, así como parafilias.

ingresos para vivir. A los 23 años publicó su primer título: *Genius*, para el editor Furio Viano, quien era especialista en narraciones gráficas que conjugaban lo policíaco, el sexo y la violencia. En Venecia perteneció a una organización maoísta: "La Unión de la Juventud" y formó parte de un grupo artístico: "Miraculo", el cual realizaba ilustraciones y carteles políticos. En 1972 concibió *Jolanda de Almaviva*, produciendo más de cuarenta títulos; **durante 1983 llevó a cabo una historia propia a la que le confirió su estilo particular: *El Clic*, que tuvo un gran éxito de ventas y crítica.** En 1985 Manara publicó *El Perfume del Invisible*, y a éste le sucedieron otros logros: *Tal vez soñar*, *Viaje a Tulum* (guión de Fellini), *El Gaucho*, *El Click 2, 3 y 4* (su saga más famosa), *El Perfume del Invisible 2*, *Gulliveriana*, *El Fuego y las Entrañas* (colaboración con Almodóvar) y *Kamasutra*.

4 Paolo Eleuteri Serpieri

Estudió en la Academia Fina del Arte en Roma, donde fue pupilo de Renato Guttuso. En 1966 inició su carrera pictórica, alcanzando aclamación por parte de los críticos, pero fue hasta 1975 que descubrió el mundo del cómic y, junto con el escritor Raffaele Ambrosio, creó la serie *I grandi miti del West*, que lo colocó entre los amos del realismo. En 1985 concibió la saga *Druuna*, de

A este tipo de cómic también se le ha denominado novela gráfica, la cual es considerada en la actualidad como un género literario que, incluso, se le ha llamado "9º arte".

la que aparecieron muchos títulos en los años 90: *Morbus Gravis*, *Creatura* (aquí aparece el personaje de Doc., autorretrato de Serpieri), *Carnívora*, *Mandrágora*, *Aphrodisia*, *Obsesión*, *Druuna X* y *Croquis*. Estas epopeyas erótico-galácticas de un mundo corroído por un mal extraño se convirtieron en un gran éxito. Para Serpieri, **Druuna** es el tipo ideal de mujer: salvaje y de físico generoso que es un poco candorosa, pero que le agrada el sexo y tiene una cierta dosis de perversidad.

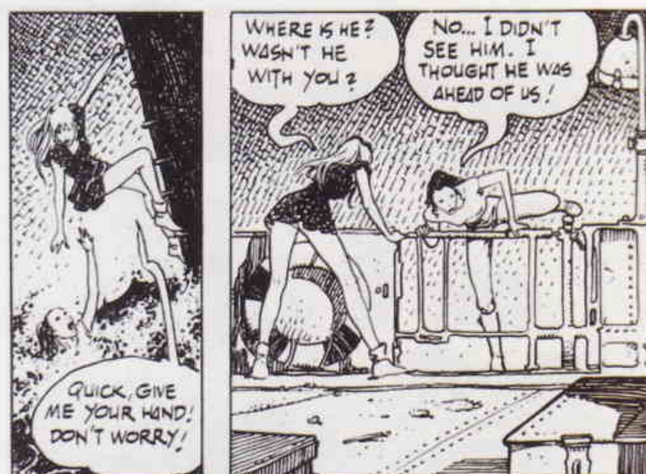
5 Giovanna Casotto

Se abocó a los cómics eróticos a partir de 1994, después de conocer al artista fetichista de pies, Franco Saudelli. Con él aprendió a dibujar y comenzaron a colaborar en varias historias; para elaborar su trabajo, Saudelli le tomaba las fotografías y luego Giovanna entintaba sobre ellas con un estilo realista. Posteriormente, el publicista Trentini la contrató para su serie: *Selen presenta*, la cual tuvo magníficas ventas en Italia, además de que en toda Europa se hicieron reimpresiones, a partir de entonces Giovanna empezó a publicar sus cuentos en EE.UU. en la serie *Bitch in Heat* (*Perra en Brama*, Eros Comix), donde se dibuja a sí misma como el personaje central de estas sorprendentes historias, mostrándose en posturas sexuales explícitas. **Los dibujos de Casotto son unos de los más estéticos que se han hecho en el cómic erótico.** Otros de sus títulos son *Malas Costumbres*, *Striptease* y *Morenas auténticas*. H



1 millón

de ejemplares vendió, en doce idiomas, la saga *Druuna*, de Paolo Eleuteri Serpieri.







PARA CONOCER MÁS
Enciclopedia del tebeo erótico. Henri Filippini, Editorial El Musardine.
www.crepax.it
www.milomanara.it
leonefrollo.8m.com
casotto.redsectorart.com



Predicciones para el 2005

Por Jorge Pedro Uribe
jorgepedrouribe@hotmail.com

Méndiga borrachera decembrina; no sé cómo ni por qué terminé en la cama de esa gitana. La noche anterior se parecía a Shakira, pero a la mañana siguiente me recordó más a Rosario o a Rosana. Pero no todo estuvo tan mal, pues mientras preparábamos el desayuno, salió el tema de las predicciones y logré sacarle cierta información que prometí no divulgar; lo juré por sus bolas de cristal. Pero a mí qué diablos me importan las bolas de aquella gitanilla, así que a continuación les comparto algunos de sus vaticinios.

→ **Después de rechazar el papel de Gargamel en el musical sobre los Pitufos, que dirigirá Julissa, Ana Gabriela Guevara participará en el mega proyecto *Big Ñero*, que reunirá a *La Academia*, *Big Brother*, *La Escuelita VIP* y *Los Protagonistas* en un solo reality, del cual será expulsada de inmediato, encontrando consuelo a través de la grabación de un disco de boleros producido por Chavela Vargas.**

→ **Gloria Trevi** se lanzará al ruedo como candidata independiente con el propósito de ocupar la residencia oficinal de Los Pinos en el 2006. Irónicamente, su propuesta de gobierno será la más sensata de todas, por lo que terminará siendo golpeada y desfigurada o, al menos, expulsada del país. "Such is life".

→ El Producto Interno Bruto crecerá un 0.002% y eso nos colocará en el lugar número ocho de la economía mundial.

→ **Se producirán siete películas nacionales, de las cuales dos estarán financiadas por inversionistas gringos, tres serán quesque comedias y las otras dos nadie las verá porque serán en blanco y negro, "experimentales" y de temática sórdido-gay.**



→ Los coches seguirán bajando de precio, mientras que las facilidades para adquirir uno llegarán al punto en el cual, mediante 20 corcholatas y diez mil pesos lo comprarás.

→ Abrumado por el descrédito generalizado, Jaime Maussán revelará su último y desconcertante descubrimiento: el origen extraterrestre de Michelle Vieth, apoyándose en su famoso video escándalo, que mantendrá

una curiosa relación con aquella monstruosa figura de *Tres hombres y un bebé*. De este modo, el ufólogo de los sacos más chillantes del universo podrá obtener el dinero suficiente para pagar sus cuantiosas deudas.

→ Seguiremos escuchando a Julieta Venegas, a Maroon 5 y a Tiziano Ferro por todos lados, de aquí al 2008. Y es que los programadores de radio del país continuarán pensando que poner una misma canción más de 50 veces al día es una idea efectiva e inteligente.



→ La bien conocida ambición de nuestros "políticos" será el móvil para que éstos realicen una serie de actos descabellados, divertidos y caros que, como siempre, terminaremos pagando los mexicanos a través de nuestros impuestos. Las zancadillas, las precampañas y el chismorreo estarán a la orden del día.

→ A mediados de año será editada una versión acústica de La Macarena con Lorena Tassinari e Isabel Madow en las vocales, que desplazará, sin piedad, a toda propuesta decorosa que emerja de la moribunda industria discográfica mundial.



→ Alguien querrá reivindicar la moda ochentera, como cada dos años, logrando que sólo las Jeans y Anahí se dejen engañar.

→ El caso Colosio seguirá más olvidado que Alma Muriel y César Costa juntos.

→ Saldrá otro disco de éxitos de los Beatles.

→ Ricardo Lavolpe desaparecerá de la faz de la Tierra de manera misteriosa.

→ Adal y Facundo seguirán siendo tan chistosos, originales, inteligentes y propositivos como siempre.

Si quieres saber más sobre adivinación y astrología

http://www.sitiohispano.com/azteca/estudio.htm
http://www.geocities.com/adivinacionmx/index.htm
http://www.albadehermes.com/
http://bionet.virtualmedia.es/nuevo/
http://www.cartaastral.com/







Aventure
los hombres de la

"Si no existiera la prostitución no habría matrimonios completos; todos necesitan una aventura para valorar lo que tienen"
Javier, 26 años, prostituto

La OMS define a la prostitución como "aquella actividad en la que una persona intercambia servicios sexuales a cambio de dinero o cualquier otro bien". Del latín "prostituire" (comerciar, traficar), la masculina tiene registro desde la época de los griegos y sumerios, culturas donde los hombres jóvenes eran vendidos a los ancianos. La unión de los erasteses (amantes adultos) con los eromenor (amados adolescentes) formaba parte de un amor celestial.

En la actualidad, la presencia de los prostitutos, gigolós, hombres de la vida galante, "escorts" (acompañantes), jotitas o sexotrabajadores es cada vez más importante, y no sólo porque existe mayor tolerancia a la homosexualidad, sino porque **la prostitución masculina heterosexual pone en evidencia los conflictos de muchas mujeres, las cuales recurren a estos hombres por soledad o porque se sienten insatisfechas en sus relaciones.**

Sea como fuere, quien ejerce y solicita la prostitución deja claro que el oficio más antiguo del mundo existe porque es permitido por las autoridades. Hay zonas de "tolerancia" tan riesgosas y oscuras, que si bien es cierto que no están legalizadas, también lo es que los policías pocas veces se atreven a entrar en ellas. Violencia, golpes, peligro e inseguridad, ellos saben que están expuestos a todo.

Vendedores de amor

Las causas de la prostitución masculina son diversas; **muchos hombres se dedican a esta actividad más por elección que por necesidad.** Algunos lo hacen para ganar dinero y poder continuar sus estudios, y otros para comprar casa, ropa fina y carros lujosos. Es un trabajo fácil y redituable que no tiene horario fijo: pueden trabajar tiempo completo, medio tiempo u ocasionalmente.

La Zona Rosa es el lugar más común de prostitución masculina; las tarifas van de 500 a 800 pesos, aunque la mayoría de los usuarios que acuden a este lugar son gays. Aquellos que tienen



ros: vida galante

Por Luz Carmen Meraz
lmeraz@notmusa.com.mx

relaciones con otros hombres pero son heteros se llaman cacheros: "Inicié a los 17 años por 'hobbie' y a los 18 ya era mi profesión. No siempre es así. A las jotitas (muchachos de 15 años), los traen con engaños: les dicen que los van a hacer artistas, 'dancers' o modelos. **Algunos son de provincia y otros homosexuales que no se atreven a declarar en su casa su orientación sexual.** Conozco la historia de un chico que fue violado y su amargura lo llevó a prostituirse", dice Javier.

Y continúa: "Casi todos mis clientes son personas maduras que consigo en bares, antros o en la calle. Mi atuendo es hetero: pantalón de mezclilla apretado y camiseta sport pegada. Por un servicio completo cobro 800 pesos y por el oral 100 ó 150 (lo practico en el auto o en las esquinas). Al mes saco de 15 a 18 mil pesos. **Casi no vienen mujeres, pero ellas suelen pagar más".**



Ellas buscan compañía

La prostitución masculina se practica en las calles, saunas, bares, baños públicos, antros, hosterías y casas privadas. Algunos se anuncian en el periódico y otros ya tienen su "clientela" asegurada. La mayoría de los usuarios son hombres bisexuales casados que sienten mutilada su parte homosexual por represiones sociales; por ello encuentran en la prostitución una forma tranquila de satisfacerse sin compromiso. Otro sector underground es el de las mujeres.

Las damas buscan el servicio en menor grado por temor a ser descubiertas. **El precio para las féminas se encarece de 1,500 a 6,000 pesos, ya sea servicio completo o "escort" (acompañante). Las vías de enlace son el periódico, Internet o entre los "strippers".** El perfil de las solicitantes se divide en grupos no muy definidos: señoras maduras que buscan "carne fresca", esposas insatisfechas, solteras discretas, jóvenes liberales que quieren probar experiencias "de todo tipo", así como aquellas que desean "un poco de experiencia" antes de un compromiso formal. Finalmente, tenemos a las voyeuristas, quienes sólo desean observar mientras se autocomplacen.

Los lugares para satisfacer el deseo son hoteles de paso, clubes y el departamento de quien presta el servicio; difícilmente una mujer se atreverá a llevar a su casa a sexoservidores por temor a las críticas.

Riesgo máximo

La prostitución masculina conlleva múltiples riesgos: "Pocas veces he pensado en retirarme; una de ellas fue cuando intenté hacerle el sexo oral a un hombre de 70 años. Fue asqueroso, por más que intenté hacerlo bien su pene seguía flácido. A veces las personas que nos solicitan no son las más atractivas, ni las más limpias, ni las más amables. Hace tiempo



me enteré de que un compañero fue secuestrado y asesinado, ahí es cuando me da miedo".

Otra realidad innegable son los jóvenes dedicados a satisfacer pederastas ("las jotitas", como los llaman en el ambiente). En la Zona Rosa hay prostíbulos que, disfrazados de bares, promueven el comercio de niños a nacionales y extranjeros. Los más afectados son indígenas y niños de la calle pues se concentran en el extremo más barato del "mercado" (200 ó 300 pesos), en condiciones peores y con mayor "productividad".

En algunos centros comerciales de Polanco se ofrece a las mujeres un "surtido del súper", servicio que les hace la despensa mientras ellas se "divierten".

De acuerdo con las autoridades, los explotadores del sexo infantil pertenecen a los siguientes grupos: usuarios locales de prostitutos, militares, marinos y camioneros; trabajadores inmigrantes, hombres de negocios durante sus viajes y turistas; así como trabajadores sociales y personas que contratan empleados del hogar.

Como es de suponerse, la prostitución acarrea peligros como el robo y las ETS. Hace poco, integrantes de la comunidad "Lésbico-Gay" denunciaron que, **en los últimos meses más de 500 casos de homosexuales y heterosexuales con VIH-SIDA se contagiaron en la Zona Rosa.** La cifra es avalada por la UNAM, institución que practicó un muestreo. "Tenemos un carnet para comprobar que estamos limpios, además usamos condón. A veces el cliente no quiere, pero nos las arreglamos para colocarlo."

"¿Soledad? ¿Crees que hay soledad cuando te la pasas "amando" a todo mundo? —dice irónico—, pues sí, la hay. Es muy rico tener sexo, pero a veces sientes un enorme vacío. Me gusta estar acompañado, por eso estoy aquí; sin embargo, es sólo un espejismo, un simple trabajo. Muchos no soportan esa soledad y se suicidan. Conozco varios casos", concluye Javier con una voz triste y melancólica.



HECHOS SEXUALES

Costumbres sexuales en el mundo.



→ Benin: Las mujeres pueden casarse entre ellas pagando una dote que las convierte en "marido-mujer". El "marido" será "padre" de los hijos que su esposa tenga con un amante asignado.

→ Yemen: Las mujeres se pintan de negro porque creen aumentar así su capacidad sexual.



→ Islas Célebes: Los hombres se insertan guijarros bajo la piel del glande para aumentar el placer de su pareja.



→ Ártico: Algunos esquimales agasajan al huésped ofreciéndole a su mujer.

FRASE SEXUAL

"De todas las aberraciones sexuales, la más singular tal vez sea la castidad."

Gourmond



¡Llévate tu condón en la compra de un pomo!

La India, el segundo país con mayor número de portadores del VIH, ya encontró la fórmula ideal para que la gente practique sexo seguro: las licorerías del estado de Andhra Pradesh tienen la obligación de darle un condón gratis a cada cliente que compre una botella de licor. "Esta medida forma parte de una campaña para crear conciencia entre los bebedores acerca de los peligros que encierra el sexo sin protección", explica K. Damayanti, director de la Sociedad para el Control del Sida. Estaría bien aplicar esta estrategia en México y llevarla a cabo en lugares como las cantinas y los antros, sobre todo los que se encuentran en nuestros destinos turísticos.

La palabra "orgasmo" en japonés quiere decir "muere y llega al cielo".





6%

de las mujeres cambiarían a su "galán" por ti si tu pene es más grande que el suyo.

TIPS SEXUALES
Año nuevo, técnicas nuevas

1 **Evita los enredos** La poca destreza manual en el área debajo de la falda puede derivar en que se te enreden los dedos con su tanga. Si planeas ser así de agresivo –en el auto, por ejemplo–, pídele que se baje ella misma el calzón y quítate de broncas.

2 **No presiones** No ataques al clítoris. La presión directa le es bastante molesta, así que rota gentilmente tus dedos alrededor del clítoris.

3 **No seas tan gentil** No le hagas sexo oral como si fueras un gatito tomando leche. Acerca más la boca a sus labios vaginales y concéntrate en pasear la lengua por toda el área del clítoris.



¿Sabías que...

en China solían llamarle "flores caídas" a las prostitutas, porque cualquiera podía recogerlas?

Pierna al hombro



Ésta es una de las mejores oportunidades para que tu pene tenga un mayor contacto con su clítoris. Tienes ambas manos libres para masajear la pierna levantada o cualquier otra parte de su cuerpo, mientras disfrutas del roce de tus testículos con su pierna y la penetras al ritmo que mejor les plazca.

En la escala del 1 al 10
Grado de dificultad: 2
Su nivel de satisfacción
Al principio: 7
En el ínterin: 10
Al final: 9
Tu nivel de satisfacción
Al principio: 9
En el ínterin: 10
Al final: 7

En 1982 un predicador galés cortó su pene y lo lanzó al fuego.

Si hacer el amor se te ha vuelto más aburrido que los programas de la tele, entonces varía el tiempo de cocción.

Un rapidín, ¡y ya!

Por Norberto García

REMEDIO CONTRA LA LENTITUD SEXUAL EN QUE HAS CAÍDO

Tú y tu pareja se deben echar un sexo rápido de vez en cuando o, como se cita de manera coloquial, un rapidín. No se trata de que cambies tus noches ardientes y apasionadas de media hora por un arrebato de calor de 5 minutos, sino de agregarle más sabor al caldo y salir un poco de la rutina de alcoba en que, con el tiempo, irremediablemente se cae. "Los rapidines son como 'despertadores' de la costumbre erótica, recomendables únicamente como una variante o un juego sexual. Es decir, de 5 a 8 minutos de vez en cuando, ya que es contraproducente y perjudicial ejercerlo consecutivamente. En el caso del hombre mostraría, por una parte, que es un eyaculador precoz y, por ello, la urgencia incontrolable; la otra, que es peor, es que lo estaría obligando a serlo, por lo que esos minutos se le pueden quedar de por vida", advierte el sexólogo Miguel Ángel Ham, de la Sociedad Mexicana de Sexología.

Un buen sexo rápido tiene muchas ventajas: es veloz, fácil, económico, no engorda (se aplican restricciones anticonceptivas), beneficia la salud y se llega al lugar de trabajo con cara de felicidad, incorporándose uno al grupo de los optimistas que "sí quieren hacer algo en la vida".

MEJOR QUE ASPIRINAS

Según especialistas, debido a que en tal actividad erótica el cerebro libera endorfinas, puede desaparecer estrés, dolores de cabeza y espalda, fatiga, inapetencia, etc. Además, te hará sentir más entusiasta si tienes que enfrentarte a momentos de tensión como hablar en público, una junta importante o una situación embarazosa. Y, por añadidura, tu autoestima andará por las nubes.

TERAPÉUTICO

Porque no tendrás tiempo para pensar si mantendrás la erección, ni ella para preocuparse de si le lucirán demasiado gordos sus muslos... ni ambos para preguntarse si serán buenos amantes al momento en que los dos estén rompiendo la barrera de los 4 minutos.

EN LA MAÑANA UN CAFECITO Y UN RAPIDÍN

¿Recuerdas la otra mañana cuando despertaste con la imagen de que tu cama parecía una carpa de circo? ¡Qué rico es despertar así! Y ahí está ella, sensualmente semidesnuda, en una posición favorable... Te acercas, le besas el cuello, tocas sus senos, levantas los bordes del camisón, o trapito en turno, bajas a su entrepierna mientras oyes leves gemidos y te dispones a brindarle a la concurrencia imaginaria la rapidez de un mago que saca a un conejo de su sombrero. En efecto, se dice (y con razón) que uno de los mejores momentos para estos encuentros efímeros es a primera hora, por la mañana; al fin y al cabo ya están en la cama, que es cuando tu nivel de testosterona está más alto y ella se encuentra súper relajada. De noche, el sexo puede ser lo último que nos pase por la mente.

Aunque en este sencillo arte del sexo, definitivamente no hay horarios, lugares ni posturas, pueden presentarse las oportunidades en la casa, en el baño, en la chamba, en el callejón, en el cine y (con perdón del cura) hasta en la iglesia, pues la adrenalina que descargan por la preocupación de ser descubiertos es el mejor afrodisiaco. No hay modo correcto o incorrecto de llevarlo a cabo: de pie, sentados, recargados, alzados, ensimismados, enchuecados, horizontalmente, con la ropa puesta, de mañana, al mediodía, por la noche, en público o en privado. La única regla es entregarse al sexo; generalmente estar de pie es lo mejor, y más si el espacio es escaso. Si no concuerdan los cuerpos es menester usar escalones o algún banquito. No sé, las posibilidades son infinitas. El asunto aquí es que no se pongan límites para saborear "comida rápida".

TRES RÁPIDAS RECOMENDACIONES

1 A veces la espontaneidad impetuosa de un encuentro rápido y semisalvaje crea chispas capaces de derretirnos y de llevarnos directamente al orgasmo.

2 Es como el terremoto que sacude de la relación; sorprende a los amantes que creen saber todo el uno del otro. Les recuerda también que no importa lo ocupados que están, siempre habrá tiempo para conectarse íntimamente.

3 Como la cosa va en serio, en minutos ambos estarán haciendo un sobrevuelo de reconocimiento sobre las nebulosas tierras del Nirvana.



Entonces, si pocos minutos son suficientes para despertar la pasión y llegar al orgasmo... ¿por qué perder el tiempo? Aunque mañana... sí dense todo el tiempo para abrazarse, besarse, acariciarse, halagarse y masajearse. H

A MASTURBARSE, BATOS LOCOS

Según algunos sexólogos, tanto los hombres como las mujeres pueden masturbarse hasta llegar al orgasmo en unos tres minutos. En otras palabras, el jugueteo sexual, aunque apetitoso, es en realidad el merengue sobre el pastel. También se ha demostrado que infinidad de damas "prefieren" el sexo duro e impulsivo, que se asocia con la velocidad, y que éstas necesitan una estimulación física vigorosa para llegar al clímax. Parece que demasiado juego sexual puede hasta descarrilar su respuesta sexual.



B runo Bichir comenzó su carrera de actor a los 6 años de edad, y obtuvo el premio como revelación masculina por la Obra de teatro *Drácula* en 1990 (¿será por lo colmilludo?); desde entonces las nominaciones y los reconocimientos han sido algo cotidiano para él, lo mismo ha obtenido el Ariel en 1993, que distintas menciones en el Festival de Cartagena en Colombia. Su trabajo, tanto en teatro como en cine, es de indiscutible valía, no obstante, no es raro verlo cotidianamente en las telenovelas. Hoy, Bruno Bichir, decide hablar para **H** y contarnos algunas de sus intimidades.

¿Cuándo empezaste tu carrera de actor?

Tenía como seis años, y había un programa de televisión que se llamaba *Nosotros los niños* que transmitía canal 13, el cual no tenía nada que ver con TV Azteca ni con Imevisión, ahí actué en un "sketch" con Luis Gimeno, que era Gepeto; yo salía de hermano de Pulgarcito. Digo que era algo profesional porque me pagaban, yo nunca vi el cheque, lo ha de haber visto mi mamá, pero si cobras, ya eres profesional.

¿En dónde "calentaste la banca"?

Siempre estuve algo involucrado con el arte, pero estudié seriamente hasta que entré en 1986 al Centro de Capacitación Cinematográfica, ahí estudié todos los menesteres de detrás de cámaras: dirección, edición, producción, y me clavé en lo que es dirección. Tuve maestros increíbles como Alfredo Joskowicz,

B

que nos enseñó el abecé de la narrativa cinematográfica; Ludwik Margules, que nos dio Puesta en Escena; Juan Tovar nos enseñó Guión Cinematográfico, y muchos otros que eran muy buenos maestros.

¿Tu chamba como actor ha sido continua?
Desde los seis años no ha habido uno en que no trabaje como actor, paré un poco cuando estudiaba secundaria y preparatoria, como que me quise clavar en los estudios, pero la verdad es que siempre he tenido la fortuna de tener trabajo. Hace diez años me angustiaba y decía: "éste va a ser el único trabajo en el que me van a llamar", y tuve algunas rachas de dos, tres, seis meses sin trabajo, pero te digo que todos los años caía algo importante, y tuve tres maravillosos, en los que viví sólo del teatro.

Pero ahora ya tienes el cine.
Pues en mi vida hay cine, pero no en la vida de los mexicanos, lo que es una desgracia; afortunadamente he sido convocado a proyectos que me parecen muy entrañables y, eventualmente, han salido con buena estrella.

¿Y cómo va tu carrera de director?
He dirigido cortometrajes. En un momento dado, Azteca hizo una serie para chavos y dirigí un capítulo –que podría convertirse en serie–, en el que yo quedé muy contento, pero todavía tengo la esperanza de hacer mi ópera prima, es decir, mi primer largometraje. Por ahí tengo varios guiones que he escrito o que he adaptado sobre novelas y obras de teatro.

¿Hay algún tema político que quieras abordar en una "pikchur"?
Ninguno en concreto, aunque me gustaría mucho hacer una revisión del 68, lo que pasó en Gobernación el 30 de septiembre y el 1° y 2 de octubre; me gustaría escudriñar y, a lo mejor, hacer una película de lo que pasó en esos pasillos... hablaría de Echeverría, de Díaz Ordaz, de Gutiérrez Barrios, de todos ellos que estaban ahí, involucradotes. Se me antoja hablar de la gente combativa que ha estado al margen de la política, como el Subcomandante Marcos o Lucio Cabañas, o de Cuauhtémoc Cárdenas, que es un hombre íntegro, en el que yo confío.



Para ti, ¿quién es el político más sexy?
Ninguno, a título personal prefiero que trabajen y respeten la Constitución a que sean sexys.

¿Qué deporte te gusta practicar, aparte del box-spring?
A mí me gustan todos los deportes, pero nunca formé parte de ningún equipo; era bueno para el basquetbol, y el voleibol me gustaba. En general me agradan todos, pero me gusta más practicarlos que verlos.

¿Te han llegado a considerar un símbolo sexual?
¡Ah, cabrón!, dime quién, consígueme su teléfono; la verdad es que no me he enterado, pero sería "padre" para el ego.

Para ligar, ¿te ayuda ser actor?
A mí no, no sé si a alguien más, pero yo soy muy torpe para esa onda: para ser actor y para ligar.

¿Te gusta que las chavas te "echen los chones"?
Sí, realmente sí, lo prefiero, no me doy cuenta, soy muy torpe para entender el lenguaje del cortejo femenino. Me ha tocado que creo que me están "tirando la onda", y voy sobres y resulta que no, que todo era una confusión... la verdad soy muy torpe, me doy cuenta cuando ya estoy ahí enredado entre las piernas.

¿Con quién has tenido tu fantasía sexual más cachonda?
Antes nada más era con Natasha Kinsky, pero fui creciendo y encontré que había más mujeres. Creo que soy perverso, pero salvo encuentros multitudinarios, pienso que he cumplido todas mis fantasías con un cuerpo femenino, que me parece verdaderamente fascinante explorar y seguir explorando y revisar y escudriñar. Creo que he cumplido todas las fantasías con las mujeres con las que he tenido la fortuna de involucrarme emocionalmente. H

COTORREANDO EL "PUNTACHO" CON
runo Bichir

Por el Doctor Bolavsky

Por José Luis Amador

PELÍCULAS

El Fantasma de la Ópera

UIP

Estreno enero 21

GERARD BUTLER, EMMY ROSSUM, PATRICK WILSON, MIRANDA RICHARDSON, MONNIE DRIVER

La Casa de la Ópera de París es habitada por un hombre desfigurado, pero cuando una soprano aparece en el escenario, "El Fantasma" se enamora perdidamente de ella y, a partir de entonces, comienzan a surgir incidentes fuera de lo común.





PREMIER

Te llevamos a la premier de esta película, pero apresúrate porque sólo tenemos 25 invitaciones dobles; llámanos el 14 de enero al Tel. 9140 9500, ext. 2106 y 2108, de 10 a 18 hrs.

→ LA NUEVA GRAN ESTAFA

WARNER BROS.

Ya en Cartelera
BRAD PITT, CATHERINE ZETA-JONES, JULIA ROBERTS, GEORGE CLOONEY, ED CROSS

Secuela de la película *La Gran Estafa*, llega esta aventura en la que habrá un nuevo plan para robar. Los pillos intentarán llevar a cabo tres atracos en distintos lugares, pero todos al mismo tiempo. ¿Lograrán su cometido?



→ TIEMPO DE VOLVER

BUENAVISTA INTERNATIONAL

Estreno enero 21
ZACH BRAFF, KENNETH GRAYMEZ, GEORGE C. WOLFE, AUSTIN LYSY, GARY GILBERT

Andrew regresa luego de 10 años a su natal Nueva Jersey, el motivo es el velorio de su madre, ahí se enfrentará a su pasado y a una mujer a la que ayudará a salir adelante, si es que antes logra superar los problemas personales que viene arrastrando.



→ LEMONY SNICKET

UIP

Estreno enero 14
JIM CARREY, MERYL STREEP, JUDE LAW, EMILY BROWNING, LIAM AIKEN

Basada en las tres primeras novelas de Lemony Snicket "Un mal principio", "La habitación de los reptiles" y "El Ventanal", en esta cinta Jim Carrey da vida al Conde Olaf, quien, bajo sus astutos disfraces, buscará obtener la fortuna de unos huérfanos.



→ VOCES INOCENTES

20TH CENTURY FOX

Estreno enero 21
LEONOR VARELA, DANIEL JIMÉNEZ CACHO, JOSÉ MARÍA YAZPIK, JESÚS OCHOA, CARLOS PADILLA

Para un niño como Chava, de apenas 10 años, la vida no es fácil. Su mundo cambia en un instante cuando tiene que ser la cabeza de su familia y, además, debe decidir entre permanecer con sus seres queridos, unirse a la guerrilla o huir para sobrevivir.



DISCOS



PLACEBO
ONCE MORE WITCH FEELING: SINGLES 1996-2004

EMI MUSIC

Ya está a la venta el nuevo álbum de la banda de rock británica Placebo en tres versiones: CD con 19 temas, otro doble con 19 canciones más remixes, y otro doble con los mismos "tracks" y los videos que resumen su carrera musical.

ROBBIE WILLIAMS
GREATEST HITS

EMI MUSIC

El cantante británico lanza su primera colección de "Greatest Hits"; el álbum ofrece una selección de éxitos que van desde "Angels", "Let Love Be Your Energy", hasta "Rock DJ" y "Sexed Up", así como los temas nuevos "Radio" y "Misunderstood".

JANNETTE CHAO
MAREA ALTA

WARNER MUSIC

Esta producción discográfica viene encabezada por un sencillo bien seleccionado que lleva por título "Quédate Conmigo"; la cantautora Jannette Chao ya está por todo el país promocionando el álbum formado por 13 "tracks".

MARILYN MANSON
LEST WE FORGET THE BEST OF

UNIVERSAL MUSIC

Este disco recopilatorio lo integran 18 canciones. "Personal Jesus" es el sencillo de promoción, pero, además, incluye versiones nuevas de temas ya conocidos y, por si fuera poco, en edición limitada un DVD con 23 videos musicales.

RAMMSTEIN
REISE, REISE

UNIVERSAL MUSIC

El sexteto alemán Rammstein regresa al mundo musical para complacer a todos sus seguidores amantes del metal; su nueva placa discográfica incluye los singles "Amerika" y "Mein Teil". Lúcete y adquiere la edición limitada.

GLORIA TREVI
CÓMO NACE EL UNIVERSO

BMG

Este disco marca el tan esperado regreso musical de la regiomontana Gloria Trevi, 12 temas integran el álbum y el primer sencillo que se desprende lleva por título "En medio de la tempestad". El próximo febrero Gloria arranca su gira por todo el país y EE.UU.

MARIANA OCHOA
YO SOY

EMI MUSIC

Este material discográfico es el debut como solista de Mariana Ochoa; en su música podrás escuchar la fusión del pop europeo con lo electrónico. Por ahora ya suena en toda la radio nacional su segundo sencillo titulado "Deseos".

TV

JOEY

Disfruta por Warner Channel la nueva serie protagonizada por el famoso actor del exitoso programa "Friends", Matt LeBlanc. La historia presenta a Joey, quien continúa teniendo el sueño de ser actor de Hollywood y, para lograrlo, se muda a Los Ángeles donde enfrentará nuevos retos junto a su sobrino Michael. No te la pierdas todos los martes de 19 a 20 hrs. y los domingos de 20 a 21 hrs.



SMALLVILLE

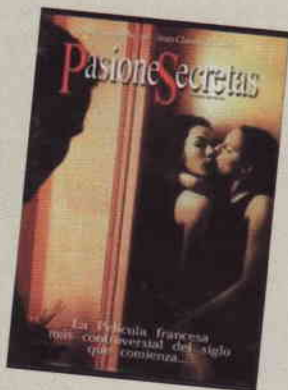
Temporada 4
A partir de este mes podrás ver la nueva temporada de "Smallville" todos los martes de 20 a 21:30 hrs. por Warner Channel. Ahora Clark ha aprendido a controlar mucho mejor sus poderes sobrenaturales de superhéroe, pero en el fondo guarda los retos e ilusiones de cualquier joven de su edad. ¡No te pierdas estos nuevos episodios!



DVD

PASIONES SECRETAS

En esta película dos mujeres utilizan el sexo para conseguir cualquier interés económico que busquen, pero cuando se topan con Cristophe no se imaginan que su manipulación se les revertirá. ¡Disfrútala en la comodidad de tu hogar!



Trivia

Tenemos 10 de estos DVD, si quieres ganar uno escribe el nombre de los actores principales.

SI YO TUVIERA 30

Esta entretenida comedia inicia con una protagonista de apenas 13 años, pero, por una extraña razón, despierta y es una mujer de 30 con mente infantil, es ahí donde comienza toda la diversión que encierra esta historia. Descubre cómo le hace para corregir su pasado.

Cortesía de Sony Pictures Home tenemos cinco de estos DVD; para que puedas ganar uno debes escribir en un mail los nombres del director y del productor.

Trivia



EFECTO MARIPOSA



Evan Treborn encuentra la forma de regresar al pasado una y otra vez, pero deberá tener cuidado porque cualquier cambio en su pasado afectaría por completo el futuro de todo lo que le rodea. ¡No te la debes perder!

Trivia

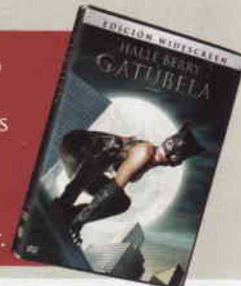
H y Fox te regalamos cinco DVD de esta cinta; para que ganes uno escríbenos el número de edición en la que recomendamos esta producción cinematográfica.

GATÚBELA

Patience trabaja en una empresa de cosméticos, y cuando descubre el daño que causa un producto de belleza es asesinada, pero el poder de un gato la regresa a la vida como la súper heroína Catwoman, es así como llega a este mundo Gatúbela.

Trivia

Gana uno de los cinco DVD que Warner Home dejó en nuestras oficinas, para ello debes escribirnos la fecha en que te invitamos a la premier.



LIBRO Y DVD

HOMBRE EN LLAMAS
A. J. Quinnell
Emecé

Creasy es contratado como guardaespaldas de Pita, hija de un industrial, pero en esta historia los secuestros son inminentes.



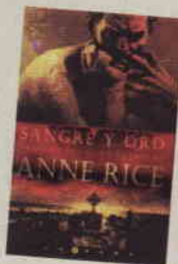


Trivia

Cinco DVD y tres libros te están esperando; para ganar uno, escríbenos en un mail el nombre de los actores mexicanos que participan en la película.

LIBROS

SANGRE Y ORO
Anne Rice
Ediciones B



Llegó la hora de conocer la historia de uno de los personajes que ha estado presente en la extraordinaria serie *Crónicas Vampíricas* de Anne Rice: Marius, el fiel protector del padre y la madre de los vampiros, quien en este texto decidió revelar todos sus secretos. ¡Se trata del más reciente texto de Rice!

LOS MÚSCOS UNDERGROUND
Jean-Marie Seca
Paidós



La música es para todos los seres humanos un lenguaje universal, en ella no importa el idioma ni el género, pues los sonidos son capaces de mover grandes multitudes. Esto motivó la creación de este original libro, en el que se describe lo más importante que encierra el fenómeno Underground.

SEXUALIDAD: LOS JÓVENES PREGUNTAN
Varios
Paidós



¿Dónde resuelves tus dudas sexuales? Editorial Paidós acaba de lanzar un libro que responde gran parte de tus interrogantes con información científica y veraz, donde no sólo encontrarás respuestas sexuales, sino otras relativas que tienen que ver con el cuerpo, la pareja y el amor.

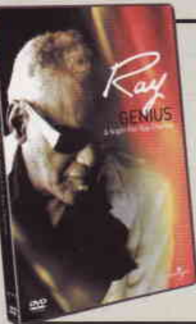
→ LA TERMINAL

Un hombre visita Estados Unidos con el fin de conseguir el autógrafo de un cantante de Jazz, pero por causas de fuerza mayor se queda atorado temporalmente en el aeropuerto, por lo que no podrá ni entrar a su país y menos vacacionar en otro.

Cortesía de H y Universal Home, tenemos cinco DVD, gánate uno escribiendo los nombres de los tres actores principales, así como del director, productor y guionista.



Trivia



→ RAY GENIUS

A Night For Ray Charles.
Esta película narra los fracasos y triunfos de un célebre del Blues, conocido como Ray Charles. Aquí verás un recuento de toda la carrera que desarrolló este famoso icono de la música.

Trivia

Tenemos cinco DVD de "Ray Genius" que te obsequia Universal Home. Para ganar uno debes escribir en un mail el lugar y fecha de fallecimiento de este músico.

→ CARMEN ELECTRA´S AEROBIC STRIPTEASE

En estos dos videos disfrutarás de los sensuales movimientos de Carmen Electra, una manera de hacer deporte, de estar en forma, de tener un cuerpo sano, pero, sobre todo, de tener la compañía de esta gran modelo.

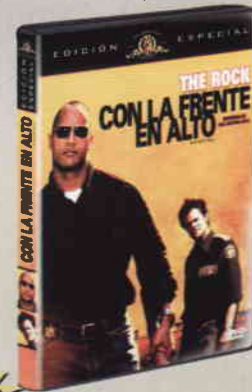
Trivia

Paramount Home nos dejó 10 de estos DVD; te regalamos uno si escribes el título de la última pelicula en la que aparece Carmen.



→ CON LA FRENTE EN ALTO

En esta extraordinaria cinta de acción verás a un ex miembro de la fuerza armada, quien ha vuelto a su ciudad natal con la idea de revivir un negocio familiar, pero su sorpresa será descubrir toda la corrupción que rodea a su pueblo.



Trivia

Sé ganador de uno de los cinco DVD y llévate uno a tu casa escribiendo el nombre de los que compusieron la música de este filme.

→ TEATRO

CABARET

Musical de Christopher Isherwood y John Van Druten, dirigido por Felipe Fernández del Paso con Itatí Cantoral y un gran reparto. Entra a un auténtico ambiente de cabaret en el Kit Kat Club, lugar que conjuga música, drama y tragedia. Aquí vivirás de cerca la alegría de las noches de juerga en compañía de la vivaracha Sally, en una época en la que los nazis amenazan con perturbar la paz mundial.



Lugar: Teatro de los Insurgentes (Av. Insurgentes Sur #1587, Col. San José Insurgentes). **Funciones:** Jueves, 20:30 hrs.; viernes, 19 y 21:45 hrs.; sábados, 18 y 21 hrs.; domingos, 13 y 18 hrs. **Venta de boletos:** En taquillas y sistema Ticketmaster. **Localidades:** 150, 250, 300 y 450 pesos.

JOSÉ EL SOÑADOR



José, hijo favorito de Jacob y vendido por sus hermanos como esclavo, tiene el don especial de interpretar los sueños, cualidad que lo llevará a vivir grandes aventuras. Puesta en escena basada en el texto bíblico, en la que se recrean varios ritmos y épocas como el a-go-go, rock and roll, tango, mambo, disco, etc.

Lugar: Teatro 2 del Centro Cultural Telmex (Av. Cuauhtémoc 19 Altos, esquina con Av. Chapultepec, Col. Roma).

Funciones: Todos los miércoles y jueves a las 20:15 hrs., viernes a las 19 y 21:30 hrs., sábados a las 18 y 20:30 hrs., y domingos a las 13:30 y 18 hrs.

Venta de boletos: En taquillas y sistema Ticketmaster.

Localidades: De 150 a 500 pesos.

Escribe tus respuestas a trivias_h@notmusa.com.mx No olvides incluir tu nombre, dirección y teléfono.


H
PARA HOMBRES
hextremofull.blogspot
iatyzdel


COLECCION
CABALLERO